



Der Sommer hält seinen Einzug – auch auf der Rehmühle.

Viele Begegnungen und Seminare finden wieder draußen in freier Natur statt und die Lieder der Vögel und das Summen der Insekten begleiten uns dabei.

Die Wälder rufen und laden zum Wandern ein und verträumte Seen schenken uns eine kühle Erholung.

Wenn Ihr Lust habt in diese Natur einzutauchen, steht unser Gästezimmer mit Doppelbett (45,- € pro Nacht) zu Verfügung. Gabriele kann Euch mit wertvollen Wandertipps zur Seite stehen oder Ihr begleitet sie auf ihren regelmäßigen sonntäglichen Touren. Und wer nicht so gerne in Waldseen badet, dem steht in Bad Wildbad das Palais Thermal zu Verfügung.

Jonas und Gabriele werden den Sommer in der Rehmühle verbringen. Der Jahresurlaub ist erst im Dezember geplant. Da Gerhard leider längerfristig erkrankt ist, finden derzeit keine Bogenschießkurse, sowie das Autonomietraining statt.

So werden wir die Zeit genießen abends an der Feuerschale zu sitzen, den Tag bei einem Glas Wein ausklingen lassen und lebensnahe, herzoffene Gespräche führen.

Gerade im Sommer ist die Rehmühle ein wundervoller Ort um in Bewegung und Begegnung zu gehen und Gabriele wird in ihrer Kräuterküche die ein oder andere kulinarische Kostbarkeit mit Tomaten aus dem Gewächshaus zaubern.

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.

1x monatlich (jeweils montags um 19.30h) trifft sich weiterhin eine spirituelle Interessensgemeinschaft unter der Leitung von Bianca Leutelt, um über „energiereiche“ Themen zu diskutieren. Herzliche Einladung auch dazu. Sollten Ihr Interesse haben daran teilzunehmen meldet Euch bitte bei Gabriele bezüglich Datum und Thema.

Je nach Teilnehmerzahl findet jeden Donnerstag um 18h eine kostenlose Meditationseinheit (Dauer 1 ½ Std.) statt. Vorkenntnisse sind keine notwendig. Meldet Euch dazu bitte bei Jonas an.

Im Sinne von Begegnung und Besinnung hoffen wir auf viele Besucher und wünschen Euch einen erholsamen Sommer, einen schönen Urlaub und viele neue und andersartige Erfahrungen. **Euer Rehmühlen-Team**



Elfenmärchen

am: 24.08.2019

um: 17.30h

Ort: Forsthaus Rehmühle

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.

In den Sommernächten, wenn der Mond scheint, kommen die Elfen aus ihren geheimen Waldorten hervor und versammeln sich zum Tanz auf gewissen Lieblingsplätzen. Das sind verborgene heilkräftige Orte, wie Bergtäler und Wiesengründe bei Bächen und Flußläufen. Oft feiern sie ihre Feste unter geräumigen Pilzen bzw. Pilzkreisen und bringen Segen für die Menschen, die sich dort aufhalten und wohnen. Beim ersten Strahl der Morgensonne verschwinden sie wieder und der Zauber ist dahin.

Diese Elfenkraft ist auch an vielen Orten des Schwarzwaldes anzutreffen und daher möchte ich diesen Abend den Elfenmärchen widmen.

Gespeist und erzählt wird Draußen in der freien Natur (bei Regenwetter werden wir ins Forsthaus ausweichen). Es gibt Vegetarisches aus der Kräuterküche und zum Einstieg werden wir eine kleine Waldtour zur Fautsburg unternehmen.

Zum Abschluss des Abends wird Frau Kucher uns ihre Fabelwesen aus Holz vorstellen und wir lassen den Abend mit Gesprächen an der Feuerschale ausklingen.

Anmeldung und Info bei Gabriele Helbig

Kosten: 39,- € (incl. Essen und Getränke)



Kraftquelle „Labyrinth“

- Das Lavendellabyrinth in Hohenheim -

am: Mittwoch, den 31. Juli 2019

um: 18h

Es ist mal wieder so weit. Jedes Jahr treffen wir uns im Sommer beim Lavendellabyrinth in Hohenheim um 1x jährlich ein Meditationsritual zu gestalten. Geladen sind nicht nur die Teilnehmer/innen unserer langjährigen ehemaligen Meditationsgruppe aus Stuttgart-Vaihingen, sondern auch alle Interessierte, die uns auf dem Weg ins Labyrinth und wieder hinaus begleiten wollen.

Das Labyrinth ist ein uraltes Symbol, das den Übergang vom sichtbaren Reich der Menschen in die unsichtbare Dimension des Göttlichen andeutet und verfolgt dabei jene Reise zurück, die die Seelen der Verstorbenen unternommen haben, um auf ihrem Weg zur Wiedergeburt zurück in den Schoß der Mutter zu gelangen.

Handwerklich wurde es verknüpft mit dem Handwerk des Spinnens und Webens – dem Faden, der den schicksalhaften Windungen und Wendungen des Lebens folgt. In der griechischen Mythologie diente der sogenannte

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.

Ariadnefaden als Leitfaden, um den Schattenwesen zu begegnen und verändert wieder ans Licht zu gelangen.

Therapeutisch geht man den Weg des Labyrinthes zunächst durch Leiden, Dunkelheit und Verwirrung, mit dem Ziel größerer Einsicht und Lebensweisheit.

Wenn das Wetter es zulässt, wollen wir im Anschluss noch etwas verweilen und gemeinsam Tee trinken. Bringt dafür doch bitte eine Decke, eine Thermoskanne Tee und Knabberereien mit.

Die Veranstaltung ist kostenlos. Wir treffen uns entweder direkt vor dem Labyrinth oder um 17.45h vor dem Eingang des Hohenheimer Parks gegenüber der Gaststätte „Garbe“.

Anmeldung und Info bei Jonas Helbig: jo.helbig@gmx.de; 01624124299



Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.



Porzellanmalerei

- Inspiration Natur -

mit Conny Seefeldt und Gabriele Helbig

am: 07. September 2019

von: 9.30h bis 19.00h

Ort: Forsthaus Rehmühle

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad
Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.

Die Natur hält uns immer wieder den Spiegel unserer Seele vor Augen. Sie schenkt uns Kraft und Energie, zeigt uns Wege auf zu Wachsen und zu Reifen und ist unerschöpflich in ihren Lebensbotschaften.

An diesem Tag wollen wir uns aktiv von der Natur inspirieren und berühren lassen.

Welche Saite klingt in mir, wenn ich das zarte Buschwindröschen betrachte, oder den mächtigen Stamm einer Buche...? Fühle ich mich geerdet oder möchte meine Seele sich frei wie ein Vogel hoch in die Lüfte schwingen...? Welchem Element fühle ich mich zugehörig: der Erde, der Luft, dem Wasser...?

Diesen Fragen wollen wir nachspüren und zu unserer Porzellanbotschaft machen. Ob Tier, Pflanze, Stein... wir können all unseren kreativen Kräften Ausdruck verleihen.

Frau Seefeldt wird uns in die Kunst der Porzellanmalerei heranführen, sodass wir mit einem wundervollen Kraftsymbol wieder in den Alltag zurückkehren können.

Sie können gerne ein Porzellanobjekt ihrer Wahl mitbringen (Teller, Tasse, Schale...) oder es direkt am Kurstag erwerben. Bedenken Sie bitte beim Kauf, dass es sich um Porzellan und nicht um Keramik handelt. Sollten Sie schon ein bestimmtes Motiv in Ihrem Herzen tragen, können Sie auch entsprechende Bilder mitbringen. Empfohlen ist außerdem Arbeitskleidung und festes Schuhwerk, weil wir einen kleinen Gang in die Natur unternehmen.

Wir heißen Sie bereits ab 9h zu einem kleinen Snack willkommen, um Näheres über den Tagesablauf zu erfahren und die anderen Teilnehmer/innen kennenzulernen.

Kosten: 95,-€ (incl. Speisen und Getränke)

Info und Anmeldung bei Gabriele Helbig

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.

Jahreszeitenfeste

Diese Feste sind kostenlos. Wir möchten Euch aber trotzdem bitten Euch anzumelden und etwas für das gemeinsame Mahl mitzubringen.

Info und Anmeldung bei Gabriele Helbig

20.09.2019 Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche

Beginn: 17.30h (mit offenem Ende)

Dieses Fest entspricht dem Erntedankfest und wir wollen uns an diesem Tag für die Gaben bedanken, die „Mutter Erde“ uns geschenkt hat. Zu diesem Anlass wollen wir im Garten ein Erntemandala aus Obst, Gemüse und Blüten gestalten. Aus diesen Feldfrüchten möchten wir dann später ein gemeinsames Mahl zubereiten.

Bringt dafür bitte entsprechende Früchte, Gemüse und Blumen mit.

Für den psychischen Leib symbolisiert dieses Fest den Gedanken bzw. die Frage: Konnte ich selber Wachsen und Reifen und was habe ich getan, um diesen Prozess zu unterstützen oder zu behindern? Welche Frucht habe ich wachsen lassen und wie kann ich sie mit anderen Menschen teilen? Wo ist meine Fülle, die sich im Verschenken verströmen kann?...

Auch diesen persönlichen Fragen und Gedanken wollen wir nachspüren. Nicht um uns als Mängelwesen zu erleben, sondern um immer wieder neu und kraftvoll den Weg ins Leben anzunehmen.

31.10.2019 Allerseelen – Samhain

Beginn: 17h (mit offenem Ende)

An diesem Fest gedenken wir unserer Ahnen. Wir werden im Meditationsraum die Ahnentafel festlich decken und jeder Teilnehmer/in bekommt einen Platz, an dem er seine Ahnen (bitte dazu ein Symbol mitbringen – Photo, Gegenstand) zu Tisch bitten kann. Es gibt eine Räucherzeremonie, um unsere Ahnen zu würdigen und danach wird die Türe bis zum nächsten Morgen verschlossen.

Unser Tisch ist im Nebenraum gedeckt.

An diesem Tag stellen wir uns wichtige Fragen wie: Was brauche ich nicht mehr und kann es jetzt loslassen? Welche Ahnen unterstützen mich dabei und mit welchen ist noch eine Aussprache nötig?...

Dieser Tag war auch wichtig für Orakelsprüche und Weissagungen?

Meditationsretreat

-der Weg zur inneren Achtsamkeit-

am: 19.10.2019

in der Rehmühle

von: 9.30h - 19.30h

Kosten: 60,- € incl. Essen und Getränke

Meditation als Weg in die Stille und der eigenen Achtsamkeit wird zunehmend für unsere Leib-Seele-Geist-Einheit immer wichtiger werden. Unsere Zeit ist schnelllebig und wir hetzen oft von einer Aufgabe zur nächsten. Wie es uns im Alltag oder in Beziehungen geht, nehmen wir schon gar nicht mehr wahr. Nur Krankheiten können uns oftmals aus unserem Teufelskreis herausholen und lassen uns unseren Lebensentwurf in Frage stellen. Daher sind regelmäßige Auszeiten wichtig. Hier kann ich meinen eigenen Rhythmus wieder spüren, Wesentliches von Unwesentlichem unterscheiden, Frieden und Harmonie in der Einfachheit finden, Kraft in der Stille schöpfen, Wahrhaftig sein, einen liebevollen Umgang mit mir einüben und mich wertschätzen.

Wir wollen Sie behutsam und achtsam in diesen besonderen Tag begleiten und abwechselnd Meditationen, Bewegungsimpulse, Atemübungen und Körpersensibilisierungsangebote anbieten. Vorkenntnisse sind keine notwendig.

Um den Körper nicht unnötig zu belasten, wird leichte vegetarische Kost verabreicht.

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.

An diesem Tag wollen wir auch soweit als möglich auf das Medium Sprache verzichten, um uns noch besser auf unsere Seelenlandschaften einlassen zu können.

Anmeldung und Info bei Jonas Helbig

Poesie trifft Porzellan

*mit Petra Lauer-Kraft (Bratschistin),
Conny Seefeldt (Porzellanmalerin) und
Jonas (Poesie) und Gabriele Helbig (Genuss)*

am: 16.11.2019

um: 17h

im Forsthaus Rehmühle

Kosten: 50,- €

An diesem Abend werden all unsere Sinne auf ihre Kosten kommen. In gemütlicher Atmosphäre werden wir an einer stilvollen Tafel mit handbemaltem Porzellan von Frau Seefeldt Platz nehmen. Jeder Essensgang wird mit Gedichten (gelesen von Jonas Helbig) und einem Musikstück (gespielt von der Bratschistin Frau Lauer-Kraft) eingeleitet und vollendet. Gekocht wird aus der saisonalen Bioküche mit eigens für diesen Abend kreierten Gewürzmischungen a la Gabriele Helbig.

Lassen Sie sich mit allen Sinnen verführen und tauchen Sie ein, in eine Welt der Poesie und Musik, sowie des guten Geschmacks.

Anmeldung und Info bei Gabriele Helbig

Eröffnung des „kleinen Teesalons“

ab August 2019

jeden Samstag von 10h-20h

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.

(bei schönem Wetter könnt Ihr auch draußen im wunderschönen Garten sitzen)

Nachdem Tee schon immer meine große Leidenschaft war, möchte ich nun einen „kleinen Teesalon“ im Seminarhaus eröffnen, mit besonderen Tees von herausragender Qualität (die Kaffeetrinker bekommen Bio-Kaffee mit Gewürzen...), Gebäck und Kuchen, frischem Brot mit diversen Aufstrichen, einem Mittags- und Abendimbiss mit eigens kreierten Gewürzen aus meiner Kräuterküche...

Da ich dieses neue Projekt nicht alleine bewältigen kann, wird meine Freundin Carmen Seelke mich tatkräftig unterstützen.

Erweitert soll das Ganze durch Lesungen, musikalische Darbietungen etc... werden. Zunächst ist es ein Versuch, mir selbst treu zu bleiben und meine Visionen zu leben. Wenn Ihr zu mehreren kommen wollt, ist es ratsam anzurufen oder eine kurze Mail zu schreiben.

Eingebettet in diese Samstage werden auch die **kulinarischen Märchenabende** sein. Dazu ist eine Anmeldung erforderlich, da die Plätze begrenzt sind.

- 28. September 17.30h vietnamesischer Märchenabend
- 5. Oktober 17.30h thailändischer Märchenabend

Diese Veranstaltungen kosten jeweils 39,-€ pro Person

Winterpause

Im Dezember und Januar 2020 werden keine Kurse und Seminare stattfinden, da Jonas und Gabriele in Chile ihren Jahresurlaub verbringen werden.

Wir wünschen Euch allen ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten erfolgreichen Start ins neue Jahr mit viel Herzensenergie.

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad
Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.

Frühlingsgrüße aus dem Forsthaus!



Gerhard Altmann

Zertifizierter Autonomietrainer
European Business Coach
Trainer für intuitives
Bogenschießen, Kursleiter
therapeutisches Bogenschießen



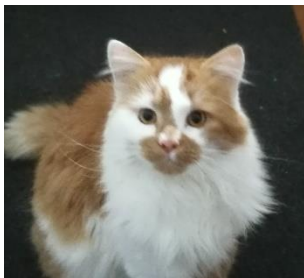
Gabriele Helbig

Dipl. Sozialpädagogin, Kunst-,
Tanz- und Bewegungstherapeutin,
Gestalt- und klientenzentrierte
Lebensberatung nach C. R. Rogers



Jonas Helbig

Pfarrer, Meditationsleiter, Notfallseelsorger,
Traumaaarbeit und Krisenintervention,
Hakomi- und Körperarbeit



Merlin

Großgewordener Haustiger



Maya

Hundedame im Ruhestand

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig – Rehmühle 2, 75323 Bad
Wildbad

www.forsthaus-rehmuehle.de | E-Mail: kontakt@forsthaus-rehmuehle.de

Wenn Sie den Newsletter erhalten oder abmelden wollen, senden Sie uns eine entsprechende Mail.