

Raum für Deine Notizen:

JETZT · HIER · DIESER MOMENT



Kontakt | Anmeldung | Fragen?



Ulrich Horender  
Initiatische Schwertarbeit  
Marienstraße 5  
74196 Neuenstadt

Mobil 0172 7621358

ulrich@schwertweg.de  
www.schwertweg.de  
www.bokken-shop.de

**ULRICH HORENDER**

Körper · Geist · Schwert

**INITIATISCHE  
SCHWERTARBEIT**

Der Weg führt nach Innen

# KLAR, PRÄSENT UND ENTSCHIEDEN

Hören wir das Wort „Schwert“, denken wir meistens an Kampf und Tod. Die **Initiatische Schwertarbeit** nutzt die Inhalte der japanischen Schwertkunst „Iaido“ (die Kunst des Schwertziehens) und dient als Medium zur bewussten Auseinandersetzung mit unserer eigenen inneren **Haltung** und **Lebenskraft**. Dabei ist das Schwert kein Instrument des Kämpfens. Es **zentriert, fokussiert** und richtet uns **neu auf** und aus.

Der **Schwertweg** zeigt uns unmittelbar und in völliger Absichtslosigkeit, wo wir uns selbst durch gelernte Muster blockieren und uns damit im Weg stehen. Wir erfahren eine neue **innere** und **äußere Haltung**, die uns ein präsenderes, klareres, entschiedeneres Auftreten und Handeln ermöglicht.

## Wer das Schwert in die Hand nimmt:

- übernimmt Verantwortung für sein Handeln
- achtet auf seine Emotionen und Gedanken
- erfährt ein neues Körperbewusstsein
- verändert seine innere Haltung
- lernt in Krisen zu bestehen

## Wer das Schwert führt:

- lernt Entscheidungen zu treffen
- erkennt und setzt Grenzen
- wahrt seinen Raum
- zerschneidet Täuschungen
- schult seine Fremd- und Eigenwahrnehmung
- wird achtsamer und folgt seiner Intuition

## Wer das Schwert im Herzen trägt:

- entwickelt eine aufrichtige Haltung
- öffnet sich entschieden und mutig dem Leben
- folgt seiner wahren Bestimmung
- verbindet sich mit seiner inneren Lebenskraft



Ich biete **Seminare, Workshops** und **individuelle Trainings** an, für

- Gruppen
- Teams
- Führungskräfte
- Einzelpersonen

**Themenbereiche** die angesprochen werden sind z.B.

- Präsenz, Klarheit
- Entschiedenheit
- Kommunikation
- Führung
- Achtsamkeit
- Vertrauen und Wertschätzung
- Körperbewusstsein, Körperhaltung

Ich freue mich auf die Begegnung.

**Ulrich Horender**