

Termine und Kosten auf einen Blick

- | | |
|------------------------------|------------|
| 1. Abhängigkeit und Angst | 02.07.2011 |
| 2. Strategien in Beziehungen | 10.09.2011 |
| 3. Die Wurzeln der Angst | 05.11.2011 |
| 4. Scham und Schock | 28.01.2012 |
| 5. Verlassenheit | 17.03.2012 |
| 6. Umgang mit Grenzen | 12.05.2012 |

Leitung

Die Leitung dieser Gruppe liegt in den Händen von Sharda Karin Hinrichs und Ulrike Müller.

Ort

Diese Gruppe findet in unseren Arbeits- und Praxisräumen in Bremen-Lesum, Lesumer Brink 14 statt.

Kosten

Diese fortlaufende Gruppe umfasst insgesamt **6 Einzeltage** und kostet pro Tag **80,00 € - 100,00 €** je nach finanziellen Möglichkeiten. Die Beträge werden jeweils zu den Terminen vor Ort bar entrichtet. Wir bieten keine Verpflegung an.

Zeiten

Alle Einzeltage dieser Gruppe beginnen jeweils samstags früh um 10.00 Uhr und enden ca. 20.00 Uhr. Mit der Anmeldung erhalten die TeilnehmerInnen eine Anmeldebestätigung sowie ggf. eine Wegbeschreibung.

Buchungsbedingungen

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine fortlaufende und geschlossene Gruppe. Es ist nicht möglich, nur einzelne Tage zu buchen, da die Themen inhaltlich aufeinander aufbauen. Versäumte Termine müssen daher auch bezahlt werden, können jedoch unentgeltlich im nachfolgenden Termin nachgeholt werden, falls dieser zustande kommt. Garantieren können dafür nicht.

Abmeldung/Stornierung

Bei Abmeldung bis 26.06.2011 wird eine Stornogebühr in Höhe von 25,00 € erhoben. Bei Abmeldung ab 27.06.2011 wird die gesamte Kursgebühr (6x80-100€) fällig, auch wenn der Prozess auf eigenen Wunsch nicht begonnen oder vorzeitig abgebrochen wird.

Literaturempfehlung

Krishnananda (Dr. Thomas Trobe): Liebeskummer lohnt sich doch

Sharda Karin Hinrichs

Jahrgang 1954. Dipl.-Hdl. (1983) und HP für Psychotherapie (1997). Studium Wirtschaftswissenschaften, Pädagogik, Psychologie, Soziologie, Germanistik in Frankfurt/M. Seit 98 in eigener psychotherapeutischer Praxis in Bremen tätig. Januar 2000 bis Dezember 2006 Leitung ISAK-Institut Bremen. Langjährige Erfahrung als Leiterin von intensiven spirituellen Wachstumsgruppen. Seit 11 Jahren systemische Aufstellungsarbeit.



Einzelarbeit mit Methoden der humanistischen Psychologie, der systemischen Therapie und mit Methoden der Lichtarbeit. Ausgebildet in körperorientierter, spiritueller Psychotherapie, Primärarbeit, Einzel- und Paarberatung, Entspannungs- und Meditationstechniken, Arbeit mit dem "Inneren Kind", Systemischer Paar- und Familientherapie, Systemstellen nach Hellinger, Grundlagen der Tanztherapie, z.Zt. Ausbildung in Lichtarbeit. Langjährige Erfahrung in analytischer Arbeit nach C.G.Jung. Wenn Sie mehr Informationen über die Angebote im Bereich spiritueller Wachstums- und Aufstellungsarbeit haben möchten, rufen Sie mich bitte an. Ich schicke Ihnen gerne ausführliches Material oder berate Sie unverbindlich.

Ulrike Müller

Jahrgang 1961, Dipl.-Betriebswirtin mit Schwerpunkt Organisation & Marketing. Seit 1988 als Finanzmaklerin selbständig Bremen tätig. Seit 2002 zusätzlicher Arbeitsschwerpunkt mit dem Thema Geld und Psyche. Hier steht die Arbeit mit Menschen im Vordergrund. Erfahrung in Gestalttherapie, systemischer Therapie, Psychodrama, Prozessarbeit nach Anne Wilson Schaefer, Bioenergetik. Analyse nach C.G.Jung.



Ausgebildet zur Familien- und Systemaufstellerin. Fortbildung in „TAO des Familienstellens“. Langjährige Erfahrung mit Entspannungs- und Meditationsarbeit, spiritueller und körperorientierter Arbeit, Licht- und Energiearbeit. Reiki-Meisterin. Seit vielen Jahren in eigenem spirituellem Wachstumsprozess.

Sharda Karin Hinrichs (HP Psych)

Ulrike Müller

Lesumer Brink 14, 28717 Bremen-Lesum
Tel.: 0421/ 59 70 945 Fax: 0421/ 34 79 350

Mobil: 0179 - 13 75 833

Email: lotuspraxis@t-online.de

Weitere Infos auch unter:

www.neuesgeldbewusstsein.de

www.lebenskunst-weser-ems.de

Wir arbeiten grundsätzlich nur mit Menschen, die die volle Verantwortung für sich übernehmen können und wollen.



Wechselseitige Abhängigkeit

in Beziehungen
verstehen und lösen



6 Wachstumstage
zu diesem Thema von
Juli 2011 bis Mai 2012

*Unsere tief greifendste Angst ist nicht,
dass wir ungenügend sind.*

*Unsere tief greifendste Angst ist,
über das Messbare hinaus kraftvoll zu sein.*

*Es ist unser Licht, nicht unsere Dunkelheit,
die uns am meisten angst macht.*

*Wir fragen uns: wer bin ich,
mich brillant großartig, talentiert,
phantastisch zu nennen?*

*Aber wer bist Du, Dich nicht so zu nennen?
Du bist ein Kind Gottes.*

Sich selbst klein zu halten, dient nicht der Welt.

*Es ist nichts Erleuchtetes daran,
sich so klein zu machen,
dass andere um Dich herum
sich nicht unsicher fühlen.*

*Wir sind alle dazu bestimmt, zu leuchten,
wie Kinder es tun.*

*Wir sind geboren worden, um den Glanz Gottes,
der in uns ist, zu manifestieren.*

*Er ist nicht nur in einigen von uns,
er ist in jedem Einzelnen.*

*Und wenn wir unser eigenes Licht erscheinen lassen,
geben wir unbewusst anderen Menschen
die Erlaubnis, das Selbe zu tun.*

*Wenn wir von unserer eigenen Angst befreit sind,
befreit unsere Gegenwart automatisch andere.*

*Marianne Williamson
(Ein Kurs in Wundern)*

Seit frühester Kindheit haben wir Einschränkungen und schmerzliche Erfahrungen erlebt. Durch **gesellschaftliche und religiöse Konditionierungen** lernten wir, unsere Gefühle und damit unseren Selbstaussdruck zurückzuhalten, vielleicht sogar einzufrieren. Das zeigt sich später dann in **Verspannungen, Süchten, körperlichen und seelischen Krankheiten** und sehr deutlich auf unseren Beziehungsebenen. Die eigentlichen Ursachen dafür sind uns meist jedoch nicht bewusst.

Durch das Erforschen dieser alten Gefühle in einem liebevollen Umfeld verbunden mit der Erlaubnis, alles ausdrücken zu dürfen, was sich zeigen will, können wir uns **unsere alten Verhaltens- und Reaktionsmuster bewusst machen und verstehen lernen**. Erst dadurch können Wut, Hass, Trauer, Schock und Schmerz integriert werden, und wir können **uns aus dem Rad der ewigen Wiederholungen unserer Muster ausklinken und sie loslassen**.

In weiteren Schritten geht es darum, **neue Sicht- und Erlebensweisen kennen zu lernen** und umzusetzen, vorsichtige Schritte in eine neue, bisher unbekannte Richtung zu unternehmen. Wohin der Weg geht, liegt einzig und allein bei jedem Menschen selbst und seiner ureigenen Wahrheit.

In diesem Prozess arbeiten wir mit körperorientierten Methoden zur Befreiung von Gefühlen und zur Auflösung emotionaler Blockaden. Wir tanzen, malen, spielen Theater und weiten uns immer mehr aus.

Das eigentliche Kernstück dieses Prozess ist jedoch **Meditation**, um seiner Seele zu begegnen und seinen **inneren Raum** wahrzunehmen, in dem es **keine äußeren Verstrickungen** mehr gibt. Ein Raum, in dem die eigene Wahrheit erfahren werden kann.

Bei der Arbeit mit wechselseitiger Abhängigkeit geht es um frühkindliche Themen sowie um Beziehung und Partnerschaft. Ohne die Heilung des „Inneren Kindes“ sind befriedigende und dauerhaft tragfähige, reife Beziehungen nicht möglich. Es ist die einzige Möglichkeit, aus dem immer währenden Wiederholungszwang von Verhaltensmustern auszusteigen.

Wir werden **mit folgenden Themen arbeiten**:

- **Abhängigkeit und Angst**
- **Strategien in Beziehungen**
- **Die Wurzeln von Angst**
- **Erfahrung von Beschämung und Schock**
- **Die Wunde der Verlassenheit**
- **Umgang mit Grenzen**

Dieses Angebot richtet sich sowohl an Paare wie auch an „Singles“.