

06. BIS 10. MAI 2019

Auch bei Regen beschwingt und erfüllt durchs Leben tanzen

Nicht das, was vorher geschehen ist oder was jemand getan oder nicht getan hat, verursacht ein schlechtes Gefühl in uns, sondern ausschließlich unsere eigenen gedanklichen Reaktionen auf das Geschehen. (R. Betz)

Durchs Leben tanzen - das wäre toll! Friedvoll und gelassen, voller Liebe, mich durch nichts aus der Ruhe bringen lassen, in mir ruhend...eine schöne Vorstellung. Aber dann gibt es auch Regen: Konflikte mit nervigen Arbeitskolleginnen oder -kollegen, Neid, Konkurrenz, Rechthaberei, endlose Diskussionen, Hierarchien, „schwierige“ Patientinnen oder Patienten etc.. Solche und andere unliebsame Situationen machen mir das Leben schwer. In mir steigen sofort Bilder auf ... ich hätte es gern anders, leichter ... weil ich mich in Wirklichkeit nach (Arbeits-)Beziehungen sehne, die mein Potenzial zur Entfaltung kommen lassen und mir keine Steine in den Weg legen.

Erfüllt arbeiten in der Sorge um die anderen, ohne dass die Selbstfürsorge auf der Strecke bleibt. Ich weiß, dass der empathische Umgang mit mir Voraussetzung ist für einen empathischen Umgang mit anderen. Leicht gesagt. Jesus lädt uns ein, zu werden wie die Kinder. Der Buddhismus kennt zwei Kategorien, die den Menschen unglücklich machen: Hass und Gier. Auch unsere Gedanken spielen - oftmals unhinterfragt - eine wichtige Rolle. Wir haben gelernt, alles zu bewerten und eher an unseren vermeintlichen Schwächen herum zu doktern, als unsere Stärken zu stärken.

Alles bisher Erlebte hat Spuren im neurologischen Netzwerk unseres Körpers hinterlassen und bestimmt auch, wie wir unsere Beziehungen leben. Unser Körper besitzt die Weisheit, uns den Weg zu zeigen, wie Heilung geschehen kann.

Mit Musik und vielen Übungen wollen wir spielerisch Neues ausprobieren. Verschiedene Elemente aus der Körper- und Traumaarbeit, der Gewaltfreien Kommunikation und der Achtsamkeitsschulung kommen zum Zuge. Dies setzt die Bereitschaft voraus, innerhalb eines geschützten Raumes in gegenseitigem Respekt und Toleranz Neues auszuprobieren, den eigenen Körper bewusster wahrzunehmen, unbewusste Körpersignale zu erkennen sowie achtsam und spielerisch damit umzugehen. Teilnehmer(innen) der letztjährigen Kurse sind herzlich eingeladen, das Gelernte zu vertiefen.

Referentin: Cornelia Piller

*Heilpraktikerin, Körperarbeit und Traumaheilung (NSI),
Körperorientierte Bewusstseinsbildung*

Referent: Thomas Hiemenz

Krankenpfleger und Diplom-Theologe. Körperarbeit und Traumaheilung (NSI), Mediator, Körperorientierte Bewusstseinsbildung



Foto: Thomas Hiemenz

Ort: Don Bosco Haus
Rotenmoos 18, 88046 Friedrichshafen, Telefon 07541 3813-0

Kursgebühr 390 €
zzgl. ca. 230 € Übernachtungs- und Verpflegungs-
kosten nach aktueller Preisliste des Tagungshauses

Teilnehmerzahl max 12

Anmeldung erbeten bis 28. Januar 2019