

Werde ganz, der du bist Ein Weg zu innerer Freiheit, vertiefter Spiritualität und Liebe

Intensive Tage mit Therapie, Training und Meditation zur inneren Versöhnung mit sich, der eigenen Lebensgeschichte, den Mitmenschen und Gott. Ein Weg zu innerer Freiheit und vertiefter Spiritualität und Liebe.

Themen:

- Meine Verletzungen in Familie und Lebensgeschichte heilen;
- Versöhnung mit sich und den Mitmenschen;
- meine Selbstliebe und Selbstwertgefühl stärken;
- heilende Begegnungen mit meinem inneren Kind;
- meine Gedanken heilen;
- gelassen bleiben im Stress;
- mein Leben neu ausrichten und achtsam gestalten;
- mich abgrenzen und Nein sagen;
- meinen inneren Schweinehund zähmen
- in der Angst eine Kraft erkennen;
- mein Ego mit Gott versöhnen lassen;
- meine Sorgen loslassen;
- in der Liebe Gottes wachsen;
- mich der Liebe und dem Glück öffnen; mein Leben in Ordnung und ins Gleichgewicht bringen.

Methoden:

Tiefenpsychologie, Gestalttherapie, systemische Therapie, Logotherapie, Verhaltenstherapie, kreative Gestaltung, Phantasiereisen, Entspannungsmethoden, Meditationen, Selbstwahrnehmungsübungen, therapeutische Übungen und Training, Gebet, Tanz, Gespräche und Gruppentherapie.

LEITUNG

Andreas Reinold, Marienmünster (D)
Theologe, Fachtherapeut für Psychotherapie (Gestalt- und Logotherapie) mit eigener Praxis

ZEIT

Fr. 16.07.2010, 09.00 Uhr, - So. 18.07.2010, 16.00 Uhr
(mit Abendeinheiten)

KOSTEN

Kursbeitrag: 379,00.- €

So kann es nicht mehr weitergehen. Heute beginnt mein neues Leben!

Dieses Seminar ist für Menschen gedacht, die ihr bisheriges Leben und ihre gewohnten Gedanken über sich und das Leben nicht weiter wiederholen wollen und bereit sind, ihre Denkgewohnheiten zu überschreiten.

Der Kurs vermittelt Hilfen aus dem Glauben, der Psychotherapie, der Familienaufstellung und der Meditation, um sein altes Leben anzunehmen und das neue zu wagen und dauerhaft erfüllt in Frieden zu leben.

Wir arbeiten mit Tiefenpsychologie, Gestalttherapie, Familienaufstellung, Logotherapie, Verhaltenstherapie, kreative Gestaltung, Phantasiereisen, Entspannungsmethoden, Meditationen, Selbstwahrnehmungsmethoden, Achtsamkeits-, und Atemübungen, therapeutische Übungen und Training, Gebet, Tanz, Gespräche und Gruppentherapie.

LEITUNG:

Andreas Reinold, Marienmünster (D)
Theologe, Fachtherapeut für Psychotherapie (Gestalt- und Logotherapie) mit eigener Praxis

ZEIT:

Fr. 16.04.2010, 09.00 Uhr, bis
So. 18.04.2010, 16.00 Uhr mit Abendeinheiten

KOSTEN:

Kursbeitrag: 155,00.- €
Vollpension: 42,00.- € | Einzelzimmeraufpreis: 8,00.- €

LICHTENBURG
N A L S

BEGEGNUNG & BILDUNG

Tel. 0471 678 679 – www.lichtenburg.it
Mail. bildungshaus@lichtenburg.it

Lass los, was Deinem Glück im Wege steht

Die Kunst des Loslassens ist der Schlüssel zum glücklich sein. Wer mit einem Rucksack voller quälender Erinnerungen, pessimistischer Erwartungen und einem negativen Selbstbild durchs Leben geht, macht es sich selbst unnötig schwer.

Viele Lebens-Lasten entstehen dadurch, dass im Heute das „Gestern“ zusammen mit dem „Morgen“ huckepack getragen wird und wir glauben, nichts daran ändern zu können.

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie sich vom Schmerz vergangener Ereignisse, vom Druck der Sorgen und des Viel-Zuvielen mehr und mehr befreien und Gelassenheit, Freude und Zufriedenheit ins tägliche Leben bringen.

INHALTE:

- Was heißt Loslassen?
- Warum Sich-Lösen oft so schwer fällt und was es leichter macht
- Was der Prozess des Loslassens erfordert
- Alte Wunden dürfen heilen
- Wege zum Wesentlichen, Wege zur Freiheit
- Den Anfang machen

LEITUNG:

Sigrid Engelbrecht, Bayreuth (D)
Coach, Trainerin, Buchautorin

ZEIT:

Fr. 26.11.2010, 17.00 – 21.30 Uhr
Sa. 27.11.2010, 09.00 – 17.00 Uhr

KOSTEN:

Kursbeitrag: 98,00.- €
Mittagessen: 13,00.- € | 15,00.- €
Vollpension: 42,00.- € | Einzelzimmeraufpreis: 8,00.- €

**LERNE, DICH SELBST ZU LIEBEN,
DANN LIEBT DICH DAS LEBEN**

Selbstliebe bedeutet nicht übertrieben egoistisch zu sein, sondern ein Gefühl für den eigenen Wert und ein gesundes Selbstvertrauen zu entwickeln. Wer sich selbst liebt, wartet nicht, bis ein Reiter auf einem weißen Pferd ihn rettet, sondern sagt: „Ich habe die Macht mein Leben zum Besseren zu verändern. Ich rette mich selbst!“

Leitung:

Mag. Sabine Standenat, Wien (A)
Klinische Psychologin

Zeit:

Vortrag: Sa. 16.10.2010, 20.00 – 22.15 Uhr
Seminar: So. 17.10.2010, 09.00 – 17.00 Uhr

Kosten:

Vortrag: 25,00.- €
Seminar: 135,00.- €



LICHTENBURG
NALS

BEGEGNUNG & BILDUNG

Bildungshaus und Tagungszentrum Lichtenburg

I-39010 Nals . Vilpianerstr. 27

Tel +39 0471 678 679 . Fax +39 0471 678 108


www.lichtenburg.it . bildungshaus@lichtenburg.it



GEFÖRDERT VON:

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL  PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE

ABTEILUNG DEUTSCHE KULTUR

 SPARKASSE
CASSA DI RISPARMIO

gefördert von
Stiftung Südtiroler
Sparkasse

 ITAS
VERSICHERUNGEN

 Interreg III

 EFQM
Recognised for excellence
4 star

LICHTENBURG
NALS

BEGEGNUNG & BILDUNG



Werde ganz, der du bist

**So kann es nicht mehr
weitergehen**

**Lass los, was Deinem Glück
im Wege steht**

GLAUBE – RELIGION – SPIRITUALITÄT