

# Heilung, Kraft & Herzenslust: Winter-Seminare 2014



## Offene Himmel

### Zwischen den Jahren Räume öffnen für das Wesentliche

Raunächte galten einst als Losnächte – Einkehrzeit, Schwellenzeit, Orakelzeit, still sein, um zu lauschen und schauen, was ist und was werden will: Was lasse ich los, damit ich leicht und unbeschwert ins neue Jahr gehen kann? Was will neu werden in mir? Welche Absichten, Vorhaben und Herzenswünsche brauchen meine Bekräftigung? Welche himmlische Kraft und Botschaft hält sich bereit, um in mein Motto für das neue Jahr zu fließen? Wie bereite ich den Raum in meinem Herzen, so dass er mich schützt, inspiriert hält und heilt? 5. Januar ist Frau Holle- und Perchten-Tag - würdevolle Gelegenheit, dem neuen Jahr 2014 in Dir ein lichtvolles Willkommens-Fest zu bereiten.

**So 5.1.2012, 10.00 – 18.00 h, 95 €**

„Nur vom Herzen aus kannst Du den Himmel erreichen,  
und die Rose des göttlichen Lichts kann nur im Herzen erblühen.“ Rumi



## Aufstellungen: Systemische Selbstintegration (nach Dr. med. E. Langlotz)

### Blockierende Symbiosen lösen – Selberpower befreien

Das Seminar versteht sich als lösungsorientierte Intensivtherapie, die Elemente von Systemaufstellung, Gestalttherapie und archaische Ablösungsrituale verbindet, um die Entwicklung von SELBST-Verbindung, Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit zu initiieren. Blockaden, unbewusste Identifizierungen, Abhängigkeiten, Symbiosen können mit Hilfe einer symbolischen Grenze erkannt und wertschätzend gelöst werden.

### Verlust der Grenze und Selbst-Entfremdung

Durch Verletzungen, durch körperliche oder seelische Gewalt oder Verlust, meist in der Kindheit, wird der Selbst-Schutzreflex beeinträchtigt oder blockiert, so dass ein verinnerlichtes unbewusstes Abgrenzungsverbot entsteht. Die Grenze verliert ihre natürliche Schutzfunktion und löst sich auf.

Dies führt zum Verlust des eigenen inneren Raumes, der von Fremdem überflutet wird. Damit geht die Verbindung zum eigenen Selbst verloren: die Identität, der Zugang zu den eigenen Gefühlen, Bedürfnissen und Absichten, damit die Orientierung, die Selbst-Organisation, die Autonomie. Stattdessen entstehen zunehmend Selbst-Entfremdung, Selbst-Zweifel, Selbst-Wert-Verlust und der Versuch den Identitätsverlust zu kompensieren und fremdbestimmt zu funktionieren. Stress, Burnout, Depression, abhängige und manipulative Haltungen sind die Folgen.

### Grenze und Selbst

Eine gesunde Abgrenzungsfähigkeit dient dazu, den inneren Raum frei zu halten von Fremdem, so dass sich das „Selbst“ entwickeln kann: eine eigene Identität, mit eigener Erinnerung, eigener fühlender Wahrnehmung, Absicht und selbstbestimmter Handlung. Dadurch wird Orientierung und Autonomie, würdevolle Beziehungen, Austausch, sich Öffnen, Wachstum und Entfaltung möglich.

- Die Erfahrung einer gesunden Grenze ermöglicht, sich klar zu beziehen: auf das eigene SELBST, den inneren Raum, den Körper, die Gefühle, die Bedürfnisse.
- unbewusste Überlebensstrategien können in bewusste, bestärkende Lebensabsichten gewandelt werden.
- verlorene, verhinderte oder verletzte Selbstanteile können neu aufgespürt, genährt und wieder integriert werden.
- Das befreiende Gefühl, zu sich selbst zu stehen, mit allem Lebendigen - auch dem Unbequemen - eröffnet einen neuen Sinnzusammenhang, einen vitalen Zugang zur eigenen Kraft, zum eigenen weiteren, ganzen Potenzial.

**Dieser Prozess setzt natürliche Freude, neue Vitalität für authentische, gesunde Selberpower frei.**

**Sa, 25.1.2014, 10 h – 18 h; 95 € - 125 € für Aufstellende;  
55 € ohne eigene Aufstellung**



**Ich freue mich auf viele Anmeldungen und schöne Begegnungen!**

**Rita Weininger, Heilpraktikerin für Psychotherapie**

**Lärchenweg 33, 93339 Riedenburg**

**Tel. 09442-991685, 0177-7484854, E-mail: [info@rita-weininger.de](mailto:info@rita-weininger.de)**

**[www.rita-weininger.de](http://www.rita-weininger.de)**