

DIE LIEBE ZU SICH SELBST

**Jahreskurs Selbstliebe
alle zwei Monate am Freitag**



*Erkenne dich selbst und du wirst alles erkennen.
Apollotempel von Delphi*

Seminarleitung:

Pamela Anna Guggenheim
Diplomierte Astrologin, Trauma Therapeutin,
Erwachsenenbildnerin HF
www.pamelaguggenheim.ch
Telefon: 031 / 331 12 98

Wer und wie bin ich? Eine Reise zu sich selbst

Selbstliebe, als Beziehung zu sich selbst, ist eine der wichtigsten Beziehungen im Leben. Schenke dir Zeit, zu deiner inneren Wahrheit zu gelangen, dein eigenes, inneres Selbst aufzuspüren und dein wahres Selbst wieder nach Hause zu bringen.

Erkenne, was du bist!

Es gibt nur eine Person, die dir vom ersten bis zum letzten Moment deines Lebens zur Seite steht und das bist du selbst. Jeden Moment entscheidest du selbst, ob du dir deine beste Freundin, dein bester Freund bist.

Oft tun wir alles, um vor uns selbst zu fliehen. Wir versinken in Arbeit oder anderen Ablenkungen, um nicht mit uns selbst in Stille zu verweilen. Dabei geht es darum, eine wunderbare Beziehung zu sich selbst zu haben – immer mehr, immer öfter und überall. Ein Erwachen in dir selbst.

Es geht um ein Gewahr werden, um die Qualität der Bewusstwerdung, was dich ausmacht und der Loslösung von dem, was du nicht bist. Das individuelle «Ich» wird durch das Kollektiv und die Kindheitsstrukturen im Unterbewusstsein geprägt. Selbstvertrauen, Selbsterkenntnisse, Selbstliebe haben jedoch nichts mit dir und deiner Geschichte zu tun. Sie finden in dir selbst statt. Es geht um die Wiederaufnahme dieser Realität.

Solange du dich nach aussen orientierst, wird das nicht möglich sein. Wenn du nach und nach erkennst, dass die Empfindung von dir selbst nicht äusserlich ist, sondern innerlich, bist du auf dem Weg zu dir selbst.

Der Kurs findet in einem geschützten Rahmen statt und ist getragen von Wertschätzung,

Respekt und Humor. Ein wichtiger Aspekt ist die Verbindung zum täglichen Leben. Es geht um Vertrauen in dich selbst - in deine innere Stärke, deinen Mut und deine Inspiration.

Daten 2024 alle zwei Monate am Freitag:
5. April; 7. Juni; 9. August; 11. Oktober;
20. Dezember

Begründete nicht besuchte Seminare können in einer Einzelsitzung nachgeholt werden.

Zeit: 10.00 – ca. 17.30 Uhr

Ort: in Bern gemäss schriftlicher Bestätigung

Kosten: Fr. 950.--
oder pro Freitag Fr. 210.-

Mind. Teilnehmerzahl: 4 - Max.: 20

Die Anmeldung ist verbindlich und kann auch telefonisch oder via E-Mail erfolgen. Sie wird schriftlich bestätigt.

✂.....

Kurs Selbstliebe 2024:

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ, Ort:

Tel.P:

Handy:

E-Mail:

Datum:

Unterschrift: