

## Weibliche und Männliche Energien im Wandel der neuen Zeit



*Was ist weiblich?*

*Was ist männlich?*

### **Daten für diesen Tagesworkshop 2025:**

Samstag, **8. März** oder Sonntag, **22. Juni** oder

Sonntag, **7. September** oder Samstag, **29. November**

### **Eigene Vorurteile erkennen, benennen und umwandeln**

*Aus einer anderen Sicht ins Leben schauen*

Wir leben in einer Zeit des Wandels. Neben vielen anderen Veränderungen findet seit einigen Jahren auch eine Verschiebung im Verhältnis zwischen dem «Männlichen» und dem «Weiblichen» statt.

Nach einer langen Zeit der Dominanz der männlichen Prinzipien gewinnen nun die weiblichen Energien zunehmend an Bedeutung und Macht. Die patriarchale Gesellschaft ist hierarchisch aufgebaut. Die weibliche Energie ist zyklisch, rhythmisch und wiederholt sich ohne sichtbaren Anfang oder Ende.

Unser Verstand ist patriarchal geprägt und die meisten von uns sind noch immer mit dem linearen, kausalen Denken des männlichen Weltbilds unterwegs. Die weibliche Sicht ist zyklisch und hält sich weder an die bekannten noch an die vorherrschenden Regeln.

Beide Begriffe «männlich» und «weiblich» sind stark mit Wertungen und (Vor)urteilen besetzt. Dabei bezeichnen sie einfach zwei polare Energieprinzipien, die sich gegen-seitig bedingen und ergänzen. Erst zusammen bilden sie die Grundlagen unserer Welt und Wirklichkeit.

Dieser Tag soll dazu inspirieren, einen neuen Blick auf die «weiblichen» und «männlichen» Energien zu wagen und wahrzunehmen, wo man selbst mit seinen eigenen Erfahrungen steht.

Mit entsprechenden Übungen wird mit neuen Betrachtungsweisen und Verhaltensweisen gespielt und ausprobiert.

Entdecke die transformative Kraft der weiblichen und männlichen Energien und lerne, wie diese im Leben harmonisiert werden können. Erfahre, wie sich die Rollen und Energien in der heutigen Zeit verändern und wie diese Veränderungen für das persönliche Wachstum genutzt werden können.

Inhalte des Seminars:

- Einführung in die Energien:  
Die Konzepte von weiblicher und männlicher Energie verstehen und deren Bedeutung in unserem Leben.
- Der Wandel der Zeiten:  
Wir erforschen, wie sich die gesellschaftlichen Rollen und Energien im Laufe der Zeit verändert haben und welche Auswirkungen dies auf uns hat.
- Harmonisierung der Energien:  
Techniken erlernen, um weibliche und männliche Energien im Leben in Einklang zu bringen und zu stärken.
- Praktische Übungen:  
Interaktive Übungen unterstützen uns dabei, die eigene Energie zu erkennen und bei Bedarf zu transformieren.
- Austausch und Reflexion:  
Nutze die Gelegenheit, dich mit anderen Teilnehmenden auszutauschen und neue Perspektiven zu gewinnen.

Dieses Tagesseminar richtet sich an alle, die ein tieferes Verständnis für die Dynamik von weiblichen und männlichen Energien entwickeln möchten – unabhängig von Geschlecht oder Vorkenntnissen.

Erlebe, wie die Balance von weiblicher und männlicher Energie dein Leben bereichern kann.

Ich freue mich auf deine Teilnahme.

**Zeit:** 10 – 17.30 Uhr (inkl. zwei Pausen und eine Stunde Mittag)

**Ort:** in Bern/Köniz gemäss schriftlicher Bestätigung

**Kosten:** Fr. 210.--  
(inkl. Unterlagen und Pausenverpflegung)



### **Leitung**

Pamela Anna Guggenheim

Nach vielen Jahren als Journalistin (Radio, TV, Zeitung), im Projekt- und Qualitätsmanagement sowie der Bildung, der Diplomierung als Erwachsenenbildnerin HF und der Ausbildung in Psychosynthese habe ich 2002 begonnen in meiner Praxis Menschen zu begleiten. Zu Beginn mit Psychosynthese, später ergänzt mit Astrologie, Hypnose, Systemischen Aufstellungen und Trauma Therapie. Ich biete Beratungen für Privatpersonen und Unternehmen an und leite Seminare, Workshops mit Fokus Individualität, Selbstkompetenz, Kommunikation, Stille und Innere Freiheit. Zu den Jahreskreisfesten leite ich entsprechende Ritualfeiern für Frauen in der Natur. In meinem Buch „Ich, die Göttin“, Hierophant-Verlag, beschreibe ich eine Reise in die Landschaft der weiblichen Seele.