

SOMMERWORKSHOP

GLÜCK UND INNERER FRIEDEN



Seminarleitung:

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

Wir leben in einer hektischen Zeit und umso mehr ist es wichtig, den eigenen inneren Frieden, das eigene Glück zu finden, zu spüren und festigen zu können.

Der innere Frieden kann auch beschrieben werden mit innerem Gleichgewicht, Liebe, Leichtigkeit, Unbeschwertheit, Harmonie, Frieden, Glück, Ausgeglichenheit, Stille oder auch Losgelöstheit. In diesem Zustand empfinden wir den Körper voller Leichtigkeit, Entspannung oder Ruhe und haben kein Bedürfnis

- uns mit anderen zu verglichen und uns mit diesen zu messen, sondern bleiben bei uns
- über die Zukunft oder Vergangenheit nachzugrübeln, sondern geniessen den Augenblick
- uns oder andere zu verurteilen, sondern nehmen uns bzw. andere an, wie wir/sie sind
- anderen zu misstrauen und diese zu kontrollieren, sondern vertrauen uns selbst und damit auch dem anderen.

Verschiedene Methoden zeigen Wege auf, wie wir uns auf diesem Weg selbst unterstützen können. Wir arbeiten mit Modellen aus der Psychosynthese, der Aufstellungs- sowie Trauma Arbeit.

Das Eingehen auf persönliche Fragen und Anliegen kann einen tiefen Einblick in die eigenen bisherigen Verhaltensweisen geben und Möglichkeiten aufzeigen, wie aus dem Kreislauf einengender Muster

ausgestiegen und neue Lebensqualität gewonnen werden kann.

Datum 2024:

Montag, 29. Juli bis Freitag, 2. August

Zeit: 10.00 – 14.00 Uhr

Ort: in Bern

Kosten: Fr. 550.--

Mind. Teilnehmerzahl: 4 - Max. Teilnehmerzahl: 16
Die Anmeldung ist verbindlich und wird schriftlich bestätigt.

✂.....

Sommerworkshop 2024:

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ, Ort:

Tel.P:

Natel:

E-Mail:

Datum:

Unterschrift: