

Hilfreiche Anteile unserer Seele

- „Die weise alte Frau“ -

(Ein Wochenende für Frauen)



**Freitag, 04.09., 18.00 Uhr
bis Sonntag, 06.09.2020, 14.00 Uhr**

Kardinal-Hengsbach-Haus,
Dahler Höhe 29, 45239 Essen-Werden

Aus dem Märchen kennen wir den Typus der weisen alten Frau in zweierlei Form: als gute, hilfreiche, unterstützende und als negativ-destruktive Person. Der Anteil unserer Seele, den wir als die innere „weise alte Frau“ bezeichnen, und den wir schon seit jungen Jahren in uns tragen, ist uns dagegen stets wohlgesonnen. Diesen Seelenanteil können wir in unserer Phantasie befragen, und er spricht aus einem Erfahrungshorizont, den wir mit unserem Verstand nicht begreifen können.

Die weise Alte blickt vom Ende des Lebens her mit Güte, Humor und bedingungsloser Liebe auf unsere jetzige Lebenssituation. Sie kann uns in aktuellen oder grundsätzlichen Lebens-Fragen mit ihrem Rat unterstützen und unsere Ressourcen stärken.

Verschiedene Rituale, Phantasiereisen, Körper-Spür-Übungen, meditatives Malen und (Schreib-)Gespräche werden uns dabei unterstützen, Zugang zu dieser großmütterlich-hilfreichen Instanz in unserer Seele zu bekommen. Weitere Inhalte des Wochenendes sind (meditativer) Tanz, Elemente des Tai-Chi und Qi Gong.

Der Kurs ist der Abschluss von drei Einheiten zu den inneren kindlichen/jugendlichen Anteilen der Seele. Die Teilnahme ist auch möglich, ohne die vorherigen Kurse besucht zu haben.

Kosten für Kursgebühr, Unterkunft im Einzelzimmer und Vollpension: 219,60 €

Anmeldung bei der Familienbildungsstätte Oberhausen/Mülheim (Stefanie Hecke):

Tel: 0208/85996-57, stefanie.hecke@bistum-essen.de

Kurs-Nr. B1639101

Anmeldeschluss ist Mittwoch, 08. Juli 2020

Ca. 14 Tage vor Kursbeginn werden nähere Informationen zugesandt.

Leitung: Elisabeth Labas

Psychologische Beraterin, Trauer- und Sterbebegleiterin, Spirituelle Wegbegleiterin

www.achtsam-sein.de

Tel: 02043/295673

Mobil: 0151.592.560.43

E-Mail: info.achtsam-sein@web.de