

Befreie dein wahres Selbst – Meditation & FARBdialog (OUC 05)

18.05. - 25.05.2019

In Zeiten von Hektik, Stress und Überforderung, lade ich dich ein, tiefe innere Ruhe und Entspannung zu erfahren, mittels achtsam geführter Meditationen & FARBdialog (Intuitives Malen). Dabei erlebst du mehr und mehr die Befreiung deines „wahren Selbst“. Die Kombination von Meditation & FARBdialog bewirkt letztendlich, dass du wieder kraftvoll, kreativ, zentriert und voller Freude durch das Leben gehen kannst. Auch deine innewohnenden Potentiale kommen immer deutlicher zum Ausdruck.

Meditation

bedeutet in erster Linie, bei sich selbst ankommen, in seiner Mitte sein. Kraftvolle, stärkende und nährenden Meditationen vertiefen zudem auch dein ur-sprüngliches Vertrauen.

Im Laufe des Seminars werden geführte Meditationen angewandt:

Z. B. Die Kraft der Ahnen, Erdungs-Rituale, Herz-Meditation, Engel-Meditation, Begegnung mit dem inneren männlichen und weiblichen Wesen, Hochzeits-Meditation, Begegnung mit deinem Höheren Selbst, Inneres Kind, ...

FARBdialog/Intuitives Malen

Du kannst dich auf hochwertige, leuchtende Ölkreide-Farben freuen, spontanen Ausdruck deiner Persönlichkeit und deine wahren Werte entdecken und stärken. Wir malen spontan, intuitiv, ohne Worte und ohne Bewertung, lassen der Hand freien Lauf, wie ein kleines Kind - Vorkenntnisse sind nicht nötig - entweder alleine im Monolog, zu zweit oder in der Gruppe. Es geht nicht um künstlerische Leistung, sondern darum, sich spielerisch auf den Tanz der Farben einzulassen. Hier gibt es kein richtig oder falsch. Farben, Formen und Symbole schaffen eine wertvolle Möglichkeit, den vielfältigen Eindrücken Ausdruck zu verschaffen und öffnen Türen zum Unbewussten, auf sanfte Art und Weise. Es muss nichts entstehen, es darf sein, was entstehen mag ...

Nach dem Malen erhalten die Beteiligten Raum und Zeit sich mitzuteilen. Die Gesprächsrunde nach dem Malen ist sehr effektiv, weil unbewusste Themen sichtbar werden. Dies können auch vermeintlich kleine Themen sein, die viel Kraft im Alltag rauben. Durch das Erkennen und Annehmen der Ist-Situation verändert sich bereits der Fokus.

Was bietet der FARBdialog noch?

- Hilfe bei Stressbewältigung, Ängsten und Krisen
- Lösen von Blockaden
- Verbesserung der Kommunikation
- Mehr Lebensfreude und Selbstliebe
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- Aktivierung von Ressourcen
- Zugang zur eigenen Kreativität

Das Seminar findet vormittags statt. An den Nachmittagen ist Zeit und Raum für eigene Unternehmungen, baden, wandern oder Ausflüge.

Außerhalb des Seminares bietet die Kursleiterin in ihren Fachbereichen die Möglichkeit für intensive Einzelarbeit zum Sonderpreis von 60,00 Euro/Stunde.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag

Preis: € 880

Elisabeth Stöckl

Heilpraktikerin für Psychotherapie



Meine Ausbildungen:

- Transformationstherapie nach Robert Betz
- The Work nach Byron Katie
- Pränatale Therapie
- FARBdialog (Intuitives Malen)
- Erfolgsteams nach Barbara Sher
- Energetische Wirbelsäulenaufrichtung

In meiner Jugend bis Anfang 20 war ich Mitglied der Deutschen Alpinen Nationalmannschaft. Der Sport hat mich über viele Jahre sehr geprägt. Von 1990 bis 2004 war ich als **Führungskraft im Einzelhandel Mode & Sport** tätig. Aufgrund einer tiefgreifenden Lebenskrise orientierte ich mich beruflich neu und absolvierte die Ausbildung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie im Zentrum für Naturheilkunde in München. Anschließend lernte ich **bei Robert T. Betz, Diplom Psychologe, die Transformations-Therapie** und veränderte damit mein gesamtes Leben. Danach begleitete ich Robert Betz über fünf Jahre als therapeutische Assistentin bei den Ausbildungsgruppen zur Transformationstherapie in München, Lindau und auf Lesbos (GR) und vielen weiteren Wochenendseminaren zur Persönlichkeitsentwicklung.

2005 wählte ich den Weg in die Selbstständigkeit und führe seitdem eine eigene Praxis für **"Psychologische Beratung"**, halte Einzelsitzungen, Vorträge, Workshops und bin außerdem als Dozentin an den Paracelsus Schulen tätig.

"Du kannst die Welt und die Menschen nicht ändern, doch du hast immer die Chance, dich selbst zu verändern."

Veränderst du dich selbst - verändert sich die Welt!"