

Den Schatz im Schatten heben!

Mit der Weisheit der Nichtunterscheidung können wir erkennen, dass Unwohlsein und Wohlbefinden im jeweils Anderen existieren. Thich Nhat Hanh

Um die Sommersonnenwende herum steht die Sonne am höchsten und die Schatten sind kurz und klar. Diese Energie wollen wir im Seminar vom 29. Juni bis 1. Juli 2018 nutzen, um das Licht in unserem eigenen Schatten zu entdecken.

Oft fürchten wir uns vor unseren Fehlern, Versprechern oder gar vor unseren abgelehnten Eigenschaften. Wir sprechen dann vom „Schweinehund“, den wir überwinden müssen. Manchmal sagen die Menschen: „Was mich da wohl geritten hat?“

In allen menschlichen Mythen kämpfen die Helden gegen Drachen und Dämonen- also dem tierischen Gegenpol. Wir werden nicht kämpfen, sondern uns in liebevoller Achtsamkeit begegnen und unsere „negativen“ Selbstbilder und Selbstbewertungen heilen. Die Freude am Leben wird somit noch spürbarer.

Themen des Seminars sind:

- Energie der Achtsamkeit
- Entwicklungsphasen des menschlichen Bewusstseins
- Zellgedächtnis
- Eigenverantwortung
- Glück und Leid
- Meditation
- Heilung durch Spüren
- Unsere Körper als Wegweiser für die Heilung
- Transformation von Kontrolle in tiefes Vertrauen

Die Freude am Leben wird im Mittelpunkt des Seminars stehen.

Phänomenologische Haltung

Hergeleitet von dem griechischen Wort „phainomenon“ – „das, was sich zeigt“ oder „das, was erscheint“. Die Phänomenologie nimmt die Erscheinung als das „Wesentliche“. Als phänomenologische Psychologin lasse ich mich auf das ein, was erscheint. Ich schaue weder dahinter noch darüber hinweg. Es geht um die sichtbare Wirklichkeit und nicht um Interpretationen oder Spekulationen. Ich unterstelle mich (understand) der Wirklichkeit und dem Leben. Ich arbeite im Hier und Jetzt mit oben beschriebener Haltung. Ich bin offen und neugierig und nutze alle Sinne und Wahrnehmungsmöglichkeiten. Meine Grundhaltung ist: Das Leben geschieht grundlos. Es ist einfach.

Methodik:

Lebendiges Lernen heißt lernen durch Erleben. Eigenes Tun und Erfahren ist ein wesentlicher Bestandteil des Trainings. Lernen in geschütztem Raum anhand Ihrer aktuellen Themen sind die Grundlagen der interaktiven Arbeit. In diesem Sinne werden Sie lernen, sich als „Ganzes“ wahrzunehmen, mit allen Anteilen und Möglichkeiten.

Meine Seminare zeichnen sich durch folgende gemeinsame Merkmale aus:

Sie gehen von einem Menschenbild aus, das den Menschen als entwicklungsbereites und entwicklungsfähiges Wesen betrachtet, dessen

EXPOSEE

Den Schatz im Schatten heben

Brigitte Palaschinski

Rathausstrasse 13

D-20095 Hamburg

T +49 (0) 40.89 00 98 40

F +49 (0) 40.89 00 98 77

M +49 (0) 171.794 47 76

palaschinski@pjm-apriori.de



Würde unantastbar ist. Das heißt: Ich lehne manipulative Ansätze ab und eröffne Wege zu den individuellen Potenzialen, die jede(r) in sich trägt.

Sie beruhen auf der Einheit von Denken, Fühlen und Handeln.

Das heißt: Ich gehe davon aus, dass nur eigenes „inwendiges“ Erfahren eine Entwicklung über bisherige Grenzen hinweg auslösen kann. „Auswendig gelerntes“ Wissen ist zwar wichtig und nützlich, bringt uns aber nur quantitativ weiter, nicht qualitativ. Rationalität und Intuition sind aufeinander angewiesen. Sie befruchten sich gegenseitig und münden dann in stimmige Handlungen.

Sie schaffen durch Ent-Täuschung Freiräume für Ent-Deckungen.

Das heißt: Ich bin überzeugt, dass der Mensch sich nach Albert Einstein „als eine Art optische Täuschung seines Bewusstseins erfährt“, dass seine „Welt“ in erster Linie von seinen eigenen Vorstellungen und Projektionen bestimmt wird. Wenn wir diesen Täuschungen auf die Schliche kommen, können wir Überraschungen entdecken, die sich hinter dem eingeschliffenen Bild unserer Welt und Umwelt verbergen.

Aufregendes, ganzheitliches Lernen

Unter Anleitung beleuchten und durchleben Sie Situationen, die scheinbar ohne eigenes Zutun „passieren“. In dem Seminar stellen Sie sich den eigenen Erfahrungen mit Situationen, in denen Sie immer wieder in die gleichen Muster fallen und selber nicht so recht wissen warum. Ich vermittele Ihnen durch eigenes Erfahren Methoden, mit denen sich diese Muster durchbrechen lassen und neue Entwicklungsspielräume eröffnet werden.

Durch Erlebnisübungen wie Rollenspiel, körperliche Wahrnehmungsübungen und Meditationstechniken gewinnen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer neue Sichtweisen auf das eigene Verhalten. Sie entwickeln Möglichkeiten, ein der eigenen Persönlichkeit entsprechendes neues Verhalten zu erproben. Auf diese Weise können erfahrene, erlebte neue Muster nachhaltig integriert werden. Viele kurzweilige Methoden helfen dabei, verborgene Beweggründe zu erkennen.

Meine Seminare

- ... bewirken nachhaltiges Lernen durch emotionalen Bezug.
- ... vermitteln „aufregende“ Erlebnisse, die in Erinnerung bleiben.
- ... erschließen die Kraft von Gefühlen.
- ... schaffen Verbindung zu den eigenen Potenzialen. Ich würde mich freuen, wenn Sie neugierig geworden sind und ein Seminar mit mir erleben wollen.

Rahmen des Seminars:

Das Seminar umfasst 3 Tage. Anreise: 15.30 Uhr, Abreise: 16.00 Uhr. Es wird auch in den Abendstunden gearbeitet.

Seminarleitung:

Brigitte Palaschinski

Zielgruppe:

Neugierige Menschen, Menschen, die sich weiter entwickeln und selbstbewusst werden möchten.

Kosten:

Konditionen für private Zahler:
300,-- € zuzüglich 19% Umsatzsteuer

Die Tagungspauschale inklusive Übernachtungskosten im Einzelzimmer mit Vollverpflegung beträgt 180,-- €

Finanzielle Gründe sollten einer Teilnahme nie im Weg stehen. Sprechen Sie mich bitte einfach an.

Termin

29.Juni - 1.Juli 2018

Begin: Freitag 15.30 Uhr

Ende: Sonntag 16.00 Uhr

Veranstaltungsort:

Zentrum mit Herz, Missionarisches Zentrum Hanstedt I,

Wriedeler Straße 14

29582 Hanstedt

www.mz-hanstedt.de