



„Das tiefste Bedürfnis des Menschen ist es,  
sein Getrenntsein zu überwinden und  
das Gefängnis seines Alleinseins zu verlassen.“  
Erich Fromm

„Was ich in meinem Leben will, ist Einfühlsamkeit,  
ein Fluss zwischen mir und anderen,  
der auf gegenseitigem Geben von Herzen beruht.“  
Marshall Rosenberg

## Seminar mit RENATE BAIER

### **WIE BEZIEHUNG GELINGT** **Zu mir selbst, zu anderen, zum Leben**

**24. und 25.3.2012**

- Wie stehe ich in Beziehung zu mir, zu anderen Menschen, zum Leben?
- Was wünsche ich mir in meinen Beziehungen?
- Welche Beziehungsmuster erlebe ich im Laufe meines Lebens?
- Wo liegen meine Beschränkungen und was hindert mich, mit ungeteilter Freude in Beziehung zu treten?
- Wie ist ein konstruktiver Umgang mit Konflikten möglich?
- Was ist der Sinn meiner Beziehungen und wie tragen Sie bestmöglich zu meinem persönlichen Wachstum bei?

Die Grundideen der Psychosynthese und der Gewaltfreien Kommunikation werden „erlebt“ und erläutert durch:

- Geleitete Meditation und Reflexion
- Arbeit mit Symbolen und inneren Bildern
- Achtsamkeit im Hier und Jetzt
- Einfühlsamkeit für sich selbst und andere
- Konstruktiven Umgang mit Konflikten
- Austausch und Gespräch

ZEIT:            Samstag, 24.3.2012            09.30 - 18.00 Uhr  
                     Sonntag, 25.3.2012            09.00 - 16.00 Uhr

KOSTEN:        € 180,-

ORT:             Seekirchen am Wallersee, nähere Information bei Anmeldung

ANMELDUNGEN: Gerlinde Kohlweg, Tel. 0664 3332229, Email: lichtrad@gmx.at

**Renate Baier**  
[www.lebenausdemherzen.com](http://www.lebenausdemherzen.com)  
Email: [info@lebenausdemherzen.com](mailto:info@lebenausdemherzen.com)

## **SEMINAR mit RENATE BAIER**

### **DEM INNEREN KIND BEGEGNEN**

**Die Wunden der Kindheit heilen und  
die Wunder der Kindheit neu entdecken**

**„Dort, wo nur eine schreckliche Leere gewesen ist, entfaltet  
sich eine große Lebendigkeit.**

**Es ist keine Heimkehr, denn dieses Zuhause hat nie zuvor  
existiert. Es ist die Entdeckung eines Zuhauses.“**

**Alice Miller**

**Die Begegnung mit dem Inneren Kind gehört für mich zur berührendsten, innigsten, heilsamsten Erfahrung auf dem Weg zu sich selbst. Es anzunehmen in seiner Sehnsucht und in seinem Schmerz bringt uns in Kontakt zu unserem innersten, ursprünglichsten Wesen. Wir werden heiler, vollständiger und lebendiger.**

**Das Kind hilft uns zu verstehen, warum wir so sind, wie wir sind und warum wir uns manchmal hilflos und ohnmächtig fühlen.**

**Nur aus der Liebe zu diesem Kind, das wir einst waren und das es noch immer in uns gibt, kann sich Selbstakzeptanz und Selbstliebe entwickeln. Und nur so ist aufrichtige Nächstenliebe möglich - aus der Sicherheit, die wir finden, wenn wir lernen, uns selbst zu achten, anzunehmen und wertzuschätzen.**

**Indem wir Frieden schließen mit uns selber tragen wir bei zum Frieden in der Welt.**

**Wir werden:**

- **üben, uns diesem Kind liebevoll, achtsam und mitfühlend zuzuwenden.**
- **lernen, ihm Verständnis, Schutz, Geborgenheit und Unterstützung zu geben.**
- **unsere tiefe „Unschuld“ erleben.**
- **in diesem Kind eine belebende Quelle ungeahnter Möglichkeiten von Vertrauen, Lebendigkeit, Kreativität, Spontaneität und Lebensfreude entdecken.**

**Methoden:**

**Geleitete Meditation, Reflexion, Musik, Spiele, Rituale, Gespräch und Austausch**

**ZEIT:            Samstag,        28.4.2012     9.30 bis 18.00 Uhr  
                  Sonntag,        29.4.2012     9.00 bis 16.30 Uhr**

**ORT:            Nonsbach 21, 4943 Geinberg**

**ANMELDUNGEN:    Gloria Schlosser  
                          Tel. 069913583370  
                          Email gloria.schlosser@gmx.at  
                          bei Bedarf weiß Gloria auch günstige Übernachtungsmöglichkeiten**

**KOSTEN:        € 180,-**

**Bitte ein oder mehrere Fotos aus der Kindheit, eine Decke und einen kleinen Polster mitbringen!**

**[www.lebenausdemherzen.com](http://www.lebenausdemherzen.com)**