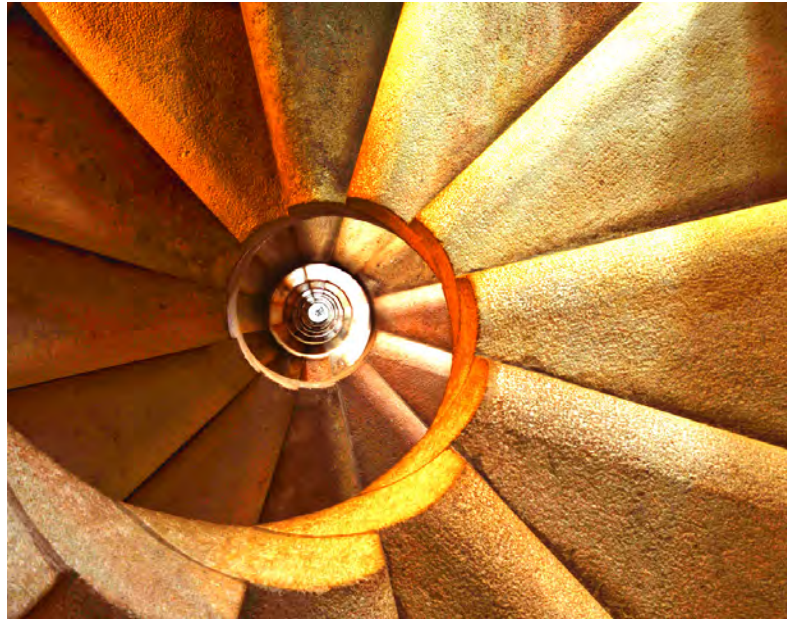


EINE ENTWICKLUNGSREISE

FÜR DEINE NÄCHSTEN REIFUNGSSCHRITTE



REISE ZU SICH SELBST WERDE WER DU BIST

TRAUMARBEIT

PROJEKTIONSARBEIT * NATURERFAHRUNG
KREATIVES GESTALTEN

MIT THOMAS LINDENTHAL
SYLVIA BRENZEL, SABINE HASLINGER, ZSÓFI SCHMITZ

EIN LERNGANG. VIER MODULE

*"VERGESSET NICHT
FREUNDE
WIR REISEN GEMEINSAM"
(ROSE AUSLÄNDER)*

REISE ZU SICH SELBST WERDE WER DU BIST

INFOS RUND UM DEN LERNGANG

TERMINE UND ORTE 2024/25

5.-7. Juli 2024, Oase der Ruhe

11.-13. Oktober 2024, Oase der Ruhe

6.-8. Dezember 2024, Landhotel Yspertal

28.-30. März 2025, Oase der Ruhe

jeweils von Freitag 16.00 bis Sonntag 16.00

Oase der Ruhe, Joachimstal 3, 3972 Bad Großpertholz

Landhotel Yspertal, Ysper 1, 3683 Yspertal

Wir organisieren Unterkunft & Verpflegung.

DEINE INVESTITION

Teilnahmebeitrag (exkl. Unterkunft)

€ 295 / pro Modul Normalpreis*

€ 350 / pro Modul Förderpreis

* Reduzierter Preis bei Bedarf auf Anfrage

Unterkunft samt Bio-Verpflegung

€ 215-240 / pro Modul, je nach Komfortwahl und Ort

EARLY BIRD

€ 255

PRO MODUL BEI
EINER ANMELDUNG
BIS 15.APRIL

TEILNEHMER*INNENANZAHL

10 bis max. 16 Personen

VORAUSSETZUNG

Offenheit und Bereitschaft zu innerer Arbeit und Veränderung,
sowie eine gute/normale psychische Balance

KONTAKT UND ANMELDUNG

zsofi.schmitz@gmail.com | 0650.3803348

ZIELE DES LERNGANGS

EINE ENTWICKLUNGSREISE

Der Lerngang zielt auf eine persönliche Innenschau und Selbsterkenntnis ab. Du entdeckst eigene Muster, Grenzen und Stärken, sowie hilfreiche neue Möglichkeiten und Kraftquellen. Dein Vertrauen im Leben wird gestärkt und ein inneres Wachstum angeregt.

Du lernst die eigene Lebenssituation anzunehmen und wirst in Deiner Handlungsfähigkeit gestärkt. Du erfährst Impulse, wie es dir gelingt Deine Beziehungen authentischer und liebevoller zu gestalten. Wege zu mehr Lebensfreude und Selbstvertrauen können sich auftun.

NICHT-ZIEL

Der Lerngang ist kein therapeutisches Seminar, sondern eine wertvolle Begleitung in Deinen persönlichen Wandlungs- und Reifungsprozessen.

ABSCHLUSS

Mit Abschluss des Lerngangs hast Du an Bewusstwerdung und Ich-Stärke zugelegt und einen reichen Methodenkoffer kennengelernt, den du selber in eigener Übung weiter anwenden kannst.

Du fühlst Dich bestärkt an der inneren Arbeit und Deinem Wachsen dranzubleiben, erkennst den Sinn.

Die Traumarbeit sowie die vielfältig aufbereiteten Anregungen aus kreativem Gestalten, Projektionsarbeit und Naturerfahrungen unterstützen Dich auf Deinem weiteren Lebensweg die nächsten Schritte zu setzen und stimmige, liebevolle Entscheidungen zu treffen.

Bewusstwerdung und Persönlichkeitsentwicklung sind ein lebenslanger Prozess und enden nicht an einem bestimmten Punkt; somit auch nicht am Ende der Lernreise im Frühjahr 2025.

*„TRÄUME HELFEN NICHT ZUM ERFOLG SONDERN ZUM LEBEN.
IHNEN DIE AUFMERKSAMKEIT ZUZUWENDEN BEDEUTET VIEL
HERZENSARBEIT.“*

(V. GRADL)

INHALTE DES LERNGANGS

Eine wunderbare Verflechtung aus Traumarbeit nach Carl Gustav Jung, Projektionsarbeit nach Peter König, Naturerfahrungsübungen und kreativem Gestalten ermöglichen einen **tiefen Blick auf Dich selbst und auf Deine Beziehungen**.

Die stetige geschlossene Gruppe bietet einen geschützten Rahmen hierfür. Traum- und Projektionsarbeit finden großteils in der Runde statt, während das Gestalten und die Übungen in der Natur individuell erlebt werden.

TRAUMARBEIT

Träume sind der Königsweg zum Unbewussten. Sie sprechen in Bildern und rufen uns auf liebevoller, aufmerksamer und lebendiger im Leben zu sein. Das Arbeiten mit den Träumen erfolgt nach der Traumdeutung von C.G. Jung: die Träume werden mit eigenen Assoziationen angereichert, mit archetypischem Symbolwissen ergänzt und mit der momentanen Lebenssituation in Verbindung gebracht. Ihre Symbolsprache ist wegweisend für die Entdeckung eigener Muster und Potenziale sowie für anstehende Entscheidungen. Entwicklungsmöglichkeiten werden sichtbar, die wir in unseren Alltag integrieren können. Traumarbeit stärkt und klärt.

PROJEKTIONSARBEIT

Wir alle projizieren in unserem Leben verschiedenste Themen nach außen. Bestimmte Menschen oder Dinge dienen uns als Projektionsfläche und lösen starke Bewertungen in uns aus. Projektionen können, wenn sie im Rahmen einer achtsam geführten Körperarbeit bewusst gemacht werden, ein wichtiger Schlüssel für unsere persönliche Entwicklung hin zu mehr Freiheit und Lebendigkeit sein. Wir befreien uns von vielen Beschränkungen, die wir uns unwissentlich selbst auferlegen. Damit erweitern wir unsere Handlungsmöglichkeiten, was uns in entsprechenden Lebenssituationen zugutekommt.

NATURERFAHRUNG

Wir sind Teil der Natur und haben eine tiefgründige Verbindung zu ihr, auch wenn wir im Alltag darauf vergessen haben. Die Natur wirkt auf unseren Körper, Geist und auf die Seele. In ihr können wir uns entspannen und sammeln, Kraft tanken. Sie regt unsere Sinne an. Sie fördert unsere Achtsamkeit. Bereits während eines kurzen Aufenthaltes in der Natur kommen wir mit unserer eigenen Natur in Verbindung und erhalten Zugang zu Antworten auf Fragen, die wir in uns tragen.

KREATIVES GESTALTEN

Kreativität hilft uns, Veränderungen in die Welt zu bringen und Ressourcen zu aktivieren. So werden wir, ausgehend vom kreativen Prozess, immer mehr zu Schöpfer*innen und Gestalter*innen unseres Lebens. Durch kreative Methoden wie Malen, Tonarbeiten, Collagen bringen wir Unbewusstes ans Licht - eine wunderbare Ergänzung zur Traumarbeit. Die eigenen inneren Bilder darzustellen und zu betrachten machen unsere Seele lebendig. Dabei sind keinerlei künstlerische Vorkenntnisse oder Begabungen nötig.

DIE VIER MODULE

PERSONA | SCHATTEN | ANIMA & ANIMUS | SELBST

Die Module sind auf die vier Stadien der Individuation nach C.G. Jung aufgebaut - diese bilden den roten Faden. Die vier Facetten unseres "ICHs" werden durch die Arbeit mit den Träumen und Projektionen sowie im Rahmen des kreativen Gestaltens bewusst gemacht und im Naturraum reflektiert. Ziel ist, diese eigenen unbewussten Anteile und Potenziale in uns zu erkennen und ein Stückweit zu integrieren und zu leben.

MODUL 1

Wo passe ich mich sozialen Vorstellungen zu sehr, oder an den falschen Stellen an und empfinde dadurch Druck, Fremdbestimmung oder Wut? Welche Rollen spiele ich, obwohl sie mir nicht gefallen? Was möchte ich getan und gefühlt haben in meinem Leben? Im ersten sommerlichen Teil des Lerngangs geht es darum Dir bewusst zu machen, welche Lebensinhalte für Dich stimmig sind, welche tiefen Wünsche Du leben willst und wie Du im Alltag zu mehr Authentizität, Selbstvertrauen und Freiheit findest.

MODUL 2

Was ärgert mich, was macht mich wütend? Wo ein Affekt, dort ist sehr oft auch ein Schatten. Du erforschst im Herbst Deine dunklen Seiten und suchst vor allem auch nach jenen Elementen der Schatten, die Dich beleben können. Im kreativen Gestalten verleihst Du Deinen Schatten Ausdruck und hebst sie ins Licht. Deine Traumbilder unterstützen Dich dabei und liefern Antworten.

MODUL 3

Welche weiblichen und männlichen Anteile sind bei mir ausgeprägt und welche dieser Anteile sind mir unbewusst? Was wollen mir Anima und Animus in meinen Träumen im Hinblick auf mehr Lebendigkeit, Beziehungsfähigkeit und Selbstvertrauen vermitteln? Diese Aspekte des ICHs lernst Du im Winter kennen und vertiefst Deine Einblicke im Rahmen der Projektionsarbeit.

MODUL 4

Was ist mein höheres Selbst? Wie finde ich Zugang zu meiner inneren Stimme, die mich führt und begleitet? Was möchte sich an Schönerem und Lebendigem in meinem Leben entfalten? Wie wächst meine Persönlichkeit, damit sie stärker und ganzer wird? Im letzten Modul im Frühling wendest Du Dich Deiner Ganzheit sowie Deinem „größeren Ich“ zu. Gestalterisch stellst Du die inneren Bildern dar. Deine Träume wollen Dich dabei stärken eine tiefere Sicht auf die eigene Seele, das eigene Leben zu bekommen. Werde wer Du bist. Werde der*die Du bist.

PROGRAMM UND STRUKTUR DES LERNGANGS*

FREITAG

16.00 Anreise
17.00 Ankommensrunde in der Natur
18.00 Abendessen
19.00 Traumdeutung
22.00 Ende



SAMSTAG

9.00 Auftakt in der Natur | Impulsvortrag
12.30 Mittagspause
14.30 Naturerfahrung
15.00 kreatives Gestalten | Projektionsarbeit
18.00 Abendessen
19.00 Traumdeutung 22.00 Ende

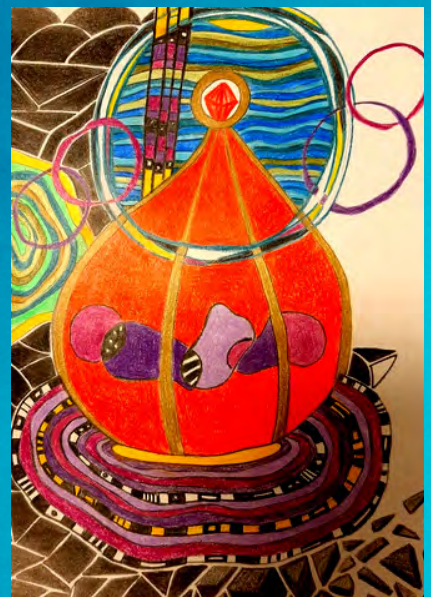


SONNTAG

9.00 Auftakt in der Natur | Traumdeutung
12.30 Mittagspause
13.30 Reflexion in der Natur | Ernte u. Fragen
16.00 Ende



* Änderungen vorbehalten



"DAS ANSCHAUEN UND VERFERTIGEN DER INNEREN BILDER
BEDEUTET DAS LEBENDIGMACHEN DER SEELE!"

(C.G. JUNG)

DAS TEAM DER LERNGANGSLEITER*INNEN

THOMAS LINDENTHAL

Thomas beschäftigt sich als Schüler von Veronica Gradl seit 1995 mit der Traumdeutung. Mit dem Studium am C.G. Jung Institut und einer dabei absolvierten Lehranalyse in Zürich hat er sich weiter in die Traumdeutung vertieft. Er bietet seit 14 Jahren regelmäßige Traumrunden, Vorträge und mehrtägige Traumseminare an, u.a. in Zusammenarbeit mit der Psychoanalytikerin Ute-Karin Höllrigl. Als Naturwissenschaftler setzt er sich an der Universität für Bodenkultur für eine nachhaltige Entwicklung ein.

SYLVIA BRENZEL

Sylvia begleitet als CSR-Managerin, Trainerin und Coach Menschen in ihren persönlichen Prozessen, als Pioniere des Wandels sowie eine Vielfalt an Nachhaltigkeitsprojekten in diversen Unternehmen. Hierbei wendet sie schon seit vielen Jahren liebevoll, einfühlsam und humorvoll Methoden der Projektionsarbeit nach P.König an.

SABINE HASLINGER

Sabine ist Kreativtrainerin mit MGT-Methoden und in Ausbildung zur Mal- und Gestaltungstherapeutin. Sie ist seit 20 Jahren als Diplomsozialarbeiterin in der Gemeinwesenarbeit, Regionalentwicklung, Partizipation und Erwachsenenbildung tätig. 2017 findet sie zur Traum- und Gestaltungsarbeit, u.a. mit Ute-Karin Höllrigl und Thomas Lindenthal.

ZSÓFI SCHMITZ

Zsófi ist Waldbadentrainerin und seit 16 Jahren in der Naturvermittlung tätig. Als erfahrene Naturpädagogin begleitet sie Kinder und Erwachsene in die Natur, mit dem Ziel die Naturverbundenheit im Menschen und somit die Verbindung zu sich selbst zu stärken. Die Traumarbeit von Thomas bereichert ihr Leben seit über einem Jahrzehnt, dient ihr als Anker.



VERGESSET NICHT
FREUNDE
WIR REISEN
GEMEINSAM
(Rose Ausländer)

ANMELDUNG ZUM LERNGANG "REISE ZU SICH SELBST"

NAME

ADRESSE

TELEFON UND MAIL

ZAHLUNGSVARIANTEN

- einmalig € 1.020 Early Bird Preis bei einer Anmeldung bis 15.April '24
- einmalig € 1.180 Normalpreis
- einmalig € 1.400 Förderpreis*

Der Preis beinhaltet die Teilnahmegebühr für vier Module, inkl. Unterlagen, Methodensammlungen, Ganztagsprogramm bis 22Uhr, exl. Unterkunft.

* Der Förderpreis ermöglicht Menschen mit weniger Einkommen eine Teilnahme am Lerngang!

Mit Einlangen des Betrages auf unserem Konto ist Deine Anmeldung gültig. Eine Ratenzahlung auf Anfrage ist möglich.

Bitte schicke deine Anmeldung an zsofi.schmitz@gmail.com.

Du erhältst dann alle weiteren relevanten Infos sowie eine Rechnung von uns. Die AGBs inkl. Zahlungs- und Stornobedingungen findest Du unter www.verein-ebi.at.

ICH MELDE MICH HIERMIT VERBINDLICH ZUM TRAUMLERNGANG 2024 AN.

DATUM UND UNTERSCHRIFT

EBI

ebi steht für Bildung, Projektentwicklung und Vernetzung im Sinne des Konzepts der eigenständigen Kultur- und Regionalentwicklung im Raum Waldviertel-Krems-Dunkelsteinerwald.

www.verein-ebi.at

Kontakt: janine.steinberger@verein-ebi.at | 0664.9155895

Vereinssitz: Körnermarkt 4, 3542 Gföhl

ZVR 038350449, IBAN: AT47 2021 9002 0001 7531

