

Übergänge

bewusst (er-)leben und gestalten

*In Übergängen bahnen wir uns einen Weg
von hier nach dort. (...)*

*Wir überbrücken, überqueren
oder durchwandern ein Dazwischen,
einen „Raum zwischen den Räumen“
oder eine „Zeit zwischen den Zeiten“*

Hans Peter Dürr

Das Bahnen des Weges von hier nach dort kann manchmal ziemlich anstrengend sein, uns ungeduldig machen, uns das Gefühl geben, den Boden unter den Füßen zu verlieren und gleichzeitig kann es auch die Sehnsucht nach dem Neuen wecken. Es kann auch sein, dass wir ins Neue geworfen werden, ohne das Alte abgeschlossen zu haben und wir spüren, dass das Alte uns im Begrüssen des Neuen hindert.

In diesem Seminar schenken wir uns bewusst Zeit und Raum für den Raum zwischen den Räumen, für den nächsten Lebensübergang, ob er vor uns liegt oder wir mittendrin sind. Du begegnest den Stationen deiner bisherigen Übergänge, erforschst sie und wendest dich deinem momentanen oder vor dir liegenden Übergang zu. Du würdigst das, was war und das, was ist und wendest dich mutig dem neuen Unbekannten zu. Du verbindest dich mit dir selbst und baust mit der Unterstützung der Gruppe eine Brücke zwischen deiner gegenwärtigen Situation und deinen zukünftigen Möglichkeiten. Ein selbst erarbeitetes Ritual wird dich über diesen gemeinsamen Tag hinaus weiterbegleiten.

Wir arbeiten mit unseren Körpern, mit gestalterischen Mitteln, Elementen der systemischen Aufstellung, assoziativem Schreiben, Ritualen, Dialog und schöpferischem Zuhören.

Daten

Samstag, 20. April 2024, 9:15 bis 17:00 Uhr
in den Bollwerkateliers Bern (5 Gehinuten vom Bahnhof Bern entfernt)

Nachbereitung:

Samstag, 11. Mai 24, 10:00 – 12:00 Uhr (per Zoom)

Leitung

Erika Luzia Lüthi

Supervisorin, Coachin und Autorin der «Wege in deine positive Zukunft»
www.erikalueti.ch

Thomas Dempfle

Fachmann für Rituale, Begleiter in Lebensübergängen
www.rituale-und-mehr.ch

Kosten

CHF 260 (Sozialtarif auf Anfrage möglich)
CHF 220 (Frühbuchpreis bei Anmeldung bis 18. März 2024)

Anmeldung

el@erikalueti.ch oder info@rituale-und-mehr.ch