



## ***Wurzeln und Flügel***

**...was uns am Jahresanfang nährt und was uns Schwung gibt...**

### **Vertiefungs- und Prozessarbeit am Kommunikationsmodell nach M. B. Rosenberg**

In den Tagen zwischen den Jahren stellen wir uns stärker als an anderen Tagen die Frage:

"Von welchen Wurzeln komme ich her - und wohin wollen mich neue Flügel tragen?"

Auf der Spur von alten Glaubenssätzen wollen wir prüfen, was uns noch nährt und was sich vielleicht verabschieden oder verändern möchte, weil es unserem Leben nicht mehr dient. *"Glaubenssätze" entstehen aus ganz frühen Botschaften in unserem Leben und wachsen in uns ganz unmerklich – wie unter der Erde...*

*Und doch bekommen wir die Auswirkungen von solchen Botschaften in unserem Alltag deutlich zu spüren:*

*„Erst die Arbeit – dann das Vergnügen!“*

*„Ich muss sparsam sein!“*

*„Ich muss für alle anderen sorgen!“*

*„Ich bin nur geliebt, wenn ich viel leiste!“*

*...oder ähnliches prägen dann unser Denken und Handeln.*

*Mit verschiedenen Ansätzen und Prozessarbeiten auf Basis der „Gewaltfreien Kommunikation“ nach M. B. Rosenberg werden wir diese Botschaften erkennen lernen, prüfen, ob sie uns heute noch nähren und lebensdienlich sind oder verändern und lösen!*

*Ziel ist immer, in unsere Kraft und unser eigenes freudiges Dasein zu finden!*

Im Unterschied zu oft gemachten Vorsätzen zum Jahresbeginn, die sich doch nicht umsetzen lassen, wenden wir unseren Blick nach vorne und wagen uns kraftvoll in Neues hinein!

Zeit: 6. Januar 2022, 9:30 Uhr bis 18.00 Uhr

Ort: Annahof 4, Augustanaforum, Meditationsraum 3. Stock

Kosten: 90.-€ Mit deiner Anmeldung und der Überweisung der Kursgebühr ist dein Platz fest gebucht! **IBAN DE57 720 50000 0251514923**

**Herzlich Willkommen! Conny Pinnekamp**