



Mediale Lebens und Laufbahnberatung

Lucia Lucchi ■ Dipl. Soz.päd. FHS ■ Supervisorin ■ Kunsttherapeutin ■ Leiterin SVMZ

Medialität - über sich im Bilde sein Lebens- und Laufbahngestaltung mit Lucia Lucchi

Seminar 10

Ab 1. November,
8x Montags
18.00 bis 20.00 Uhr

Kosten: Fr. 340.--

Kursmaterial: Fr. 10.--

Das mediale Tiefengewahrsein ist eine essenziell wirksame feinstoffliche Geisteshaltung. In ihrer Präsenz lösen sich die Hindernisse des Lebens auf. Zuversicht, Kreativität und liebende Offenheit treten hervor. Im Zentrum des Seminars steht der Zugang zu dieser Erfahrung. Vertrauen heisst, den nächsten Schritt zu tun.

Seminarinhalt

Richtig loslassen in Geist, Körper und Gemüt.

Tiefenentspannung, Intuitionsschulung und Achtsamkeitstraining.

Burnoutprophylaxe: Nie mehr kraftlos! - Energie, Prana sammeln, aufbauen und halten.

Stressmanagement: Befreiter Umgang mit Druck, Furcht und Konflikten.

Wenn alle Stricke reissen: Umgang mit schwierigen Menschen und Gefühlen.

Tonglen-Praxis: Geben und nehmen von Herzen.

Liebe in Beziehung: Mit sich und anderen ins reine kommen - Lösung von Projektionen.

Tiefschlaf und Traum: Tore der Transzendenz.

Schutz und Segen: Negativität reinigen und wandeln.

Schöpferischer Selbsta Ausdruck: Sinnbilder - über sich im Bilde sein.

Malen aus der Achtsamkeit: Automatisches Schreiben, texten und rezitieren.

Ressourcen erkennen und würdigen: Ausrichtung auf das wirkliche Lebensziel.

Anmeldung

Die Seminare finden in der Kleingruppe statt, max. 10 Teilnehmer. Der Einstieg ist jederzeit möglich, sofern ein Platz frei ist. Die Anmeldung erfolgt mit beiliegender Karte oder über www.medial.ch. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung mit allen nötigen Infos zugesandt.

