



Tagesseminar aus der Reihe „AUTHENTISCH LEBEN!“

**mit Ingrid Theresia Bleier (HP)**

seit vielen Jahren Autorin, Beraterin & Ausbildungsleiterin

## **SCHATTENARBEIT: RAUS AUS DER OHNMACHT - ERLÖSE DEINE SCHATTEN-**

**Samstag, den 15. Mai 2021 von 10 bis 19 Uhr**

**NEU: SCHATTENARBEIT: RAUS AUS DER OHNMACHT - ERLÖSE  
DEINE SCHATTENANTEILE**

**Präsenz Seminar oder Online-Seminar am Samstag, den 15. MAI 2021 von  
10 Uhr bis 19 Uhr € 170**

Jeder Mensch hat, ob wir das bewusst wissen oder nicht mehrere Schattenanteile, die er im Laufe seines Lebens mit sich herum schleppt. Das sind Aspekte, Erlebnisse, die wir aus unserem Bewusstsein verbannt haben und dadurch werden sie aber zu unseren Schatten. Meistens waren wir in bestimmten Situationen so verletzt, dass wir diese Aspekte oder Erlebnisse in unserem Leben verdrängen mussten. Oft werden Sie dann auch zu Projektionen, die wir in andere Menschen hineinprojizieren und oft als unangenehme Seiten oder perfekte Seiten im anderen erleben, weil wir diese Aspekte durch eigene Verdrängung selbst nicht ausleben oder ablehnen.

- **Meditationen zum Auffinden eigener Schattenanteile und deren Auflösung**
  - **Meditation um Schattenaspekte in positive kreative Kräfte umzuwandeln und sie ausleben zu können**
- **Übungen und Techniken für Zuhause zum Erkennen und Auflösen von Schattenanteilen**
  - **Einzelarbeit zum Thema**
- **Beginn: Samstag, 15. Mai 2021 von 10 Uhr bis 19 Uhr € 170**