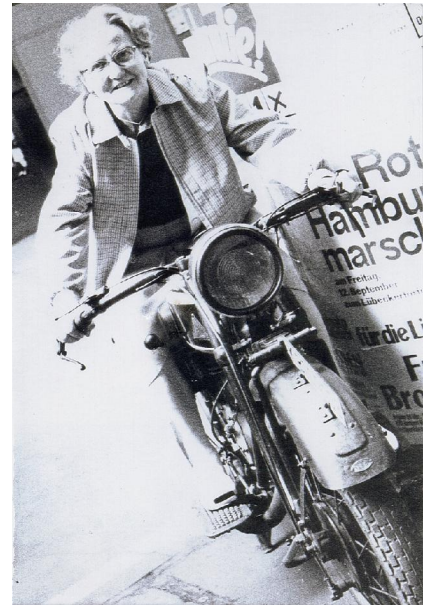


Humorvoll älter werden

Eine Begleitung unseres dritten Lebensabschnittes

...meine Oma fährt im Hühnerstall
Motorrad...viele von uns kennen von diesem
Kinderlied noch den Textanfang...und er
erinnert uns an eine Qualität von
Lebenserfahrung, die wir uns im Alter
wünschen.

Nun ist diese Lebensphase ebenso geprägt von
unseren bisherigen Lebenserfahrungen und von
den Menschen, mit denen wir dies' Leben teilen
oder geteilt haben, wie von unseren
Einstellungen zum Älter-Werden. Neuere
Forschungen über das Zellgedächtnis deuten
sogar darauf hin, dass unser Bewusstsein einen
unmittelbaren Einfluss auf die Aktivierung
oder Blockierung unserer genetischen
Grundbausteine ausübt.



So mag es also auch für Dich Zeit sein, Dich mit dieser Lebensphase
genauer zu beschäftigen. Wir wollen uns daher während 7 Jahren
jeweils einmal jährlich für ein Wochenende in einem schön gelegenen
Seminarhaus in der Natur mit Einzelzimmern treffen, um uns mit
allem, was diese Lebensphase angeht, zu befassen.

Die Inhalte werden dabei sowohl an den jeweils aktuellen Erfahrungen
der TeilnehmerInnen orientiert und können umfassen:

- morgendliche Qigong-Übungen und die Arbeit mit der so genannten
'inneren Alchemie' der Taoisten
- Auseinandersetzung mit Vorbildern, Märchen und Mythen zum Älter-
Werden, die uns behindern oder uns Vorbild für das eigene Älter-
Werden sind
- eine Orientierung rund um Nahrungsmittelzusätze, Anti-Aging-
Medizin und Kuriositäten, die uns als Jungbrunnen angeboten werden
- Auseinandersetzung mit Abschied, Sterben und Tod von Angehörigen
und der Frage, wie wir selbst uns auf diese Lebensereignisse
vorbereiten wollen
- Auseinandersetzung mit unserer eigenen Biographie: Umgang mit
Verlust und Versagen oder mit Erfüllung und Glück in unserem Leben
und Hilfestellungen bei der Integration dieser Erfahrungen im
familiären Dialog. Dazu kann auch die Einladung von Angehörigen für
gemeinsame Klärungen gehören.

Obschon unser Interesse ist, eine möglichst homogene Gruppe für die
sieben Jahre zusammen zu stellen, kannst Du Deine Teilnahme nach
jeweils einem Jahr neu entscheiden.

Wir schlagen als Termin jeweils das erste Oktober-Wochenende vor.

Also den 30.9.-2.10.2011.

Über das Seminarhaus erfährst du mehr unter:
www.gaestehaus-leestahl.de

Zum Kennenlernen der Seminarleiter/in bist Du eingeladen, uns am 8.4.2011 um 19h in der Praxisgemeinschaft Kugel e.V., In der Steinriede 7/ Hofgebäude zu besuchen. Nach Deiner Anmeldung und dem Eingang der Seminargebühr wirst Du eine Bestätigung zugesandt bekommen mit der Bitte, einige Aufgaben zur inhaltlichen Vorbereitung des ersten Kurses zu erledigen.

Dein Mindestalter für diese Gruppe sollte bei 50 Jahren liegen. Nach oben sind keine Grenzen gesetzt und wir lassen uns von allen Weisen, physisches Überleben und Unsterblichkeit zu erlangen, inspirieren.

Zur Seminarleitung:



Bernhard Schlage: unsterblicher Phantast; Praxis für Körperpsychotherapie seit 26 Jahren; wird der jüngste Teilnehmer der Gruppe sein



Marion Kellner: Praxis für körperorientierte Psychotherapie und Qigong seit 15 Jahren, verheiratet, zwei Töchter, zwei Hunde.

Anmeldeschluss für diesen Kurs ist der 15.6.2011.

Teilnahmegebühr: 150-200€ nach Selbsteinschätzung; plus U/V des Seminarhauses

Anweisen auf Konto des Kugel e.V.: 9001 69 109
Sparkasse Hannover BLZ: 250 501 80