

Die Kraft des Verzeihens

Verzeihen – eine vertrackte Angelegenheit? Ja, ganz bestimmt.
Verzeihen kann nur freiwillig,
innerhalb der eigenen Seele,
durch den persönlichen Wunsch nach besserer Lebensqualität stattfinden.

Keinem/r Täter/in brauchen wir unseren Prozess oder unser Ergebnis mit zu teilen.
Schutz besteht durchaus auch darin, eben nicht zu vergessen – dennoch zu vergeben.

Verzeihen ist daher für das Leben not-wendig, wenn dies mehr sein soll als bloßes überleben. Es kann und darf nur im persönlich seelisch „bekömmlichen“ Ausmaß erfolgen.

Bei diesem Prozess kann ich Sie begleiten und unterstützen.
Wenn Menschen geschockt, anhaltend traurig oder „abwechselnd weiß und rot“ vor Wut und Enttäuschung und in unterdrückten Rachefantasien verharren, sinken Lebensfreude, Kommunikationsfähigkeit, seelische wie körperliche Immunstärke.

Diese Merkmale können wie Wegweiser wirken zu einem erleichterten, transformierten Lebens- und Gefühlsalltag.

Um Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren, arbeite ich
- sowohl individuell als auch mit der Gruppe,
- begleitend beim fundamentalen (Neu)-Verständnis Ihrer Biografie,
- unterstützend bei Klarheit und Selbstliebe,
mit Erfahrung, Offenheit, Empathie und Humor.

Dieses Seminar können Männer und Frauen über 18 Jahren besuchen, es ersetzt keinen Arztbesuch und soll nicht Anlass sein, ev. Psychopharmaka spontan abzusetzen.

Bitte nehmen Sie gutes Schuhwerk mit, wir werden bei trockenem, „freundlichem“ Wetter mit der Ressource Natur arbeiten, wählen Sie auch für den Innenbereich die „zwiebelartige“ Bekleidungstechnik, da Ruhe- und Bewegungsphasen abwechseln können.

Ich, Mag. Claudia Behrens, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Pädagogin, habe Kinder und Enkelkinder, lebe in Partnerschaft. Ich bin natur-affin und offen für unterschiedliche hilfreiche Erfahrungen und Methoden, die etwas zu unseren licht- und liebevollen Bewusstseinsweg beitragen und freue mich auf die gemeinsame Arbeit an ausgeglichenerem, freudvolleren Leben und beweglicher Stabilität.