

Selbstliebe & Beziehungen

Was ist eine Beziehung? Welche Arten von Beziehungen gibt es? Wozu dienen Beziehungen?
Das sind die 3 grundlegenden Fragen die in diesem dynamischen Seminar behandelt werden.

Es geht hierbei nicht nur um partnerschaftliche Beziehungen, sondern auch um alle anderen Arten der Beziehung die wir in unserem Leben haben...

...und natürlich um die Beziehung mit uns selber, den sie ist der Schlüssel zu allen Beziehungen.

Häufig führen Miss- und Unverständnis(se) zu Konflikten und damit zu unglücklichen Beziehungen, die wiederum unser Leben massiv belasten können. Ist doch das Wohlfühl in unserem Leben von der Harmonie die uns umgibt abhängig.

Was sind Missverständnisse? Ein Missverständnis wäre z.B. wenn man meint den Menschen mit dem die Beziehung so schwierig erscheint ändern zu müssen. Das erzeugt das Gefühl von Machtlosigkeit und endet im Frust. Es geht vielmehr darum zu erkennen wozu die Themen die Reibung erzeugen dienen um dann bei sich selber den Frieden darin zu finden.

Wir stellen diverse Methoden zur „Krisenbewältigung“ vor mit denen man in schwierigen Situation arbeiten kann, sowie Praktiken aus dem Kundalini Yoga um den Fokuss mehr auf das eigene Innere zu lenken.