

Anmeldung

Ich melde mich an zum Kurs

Angst überwinden

Montag, 04. Juli bis
Freitag, 08. Juli 2022

Kurs 22/24

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ: _____

Ort: _____

Tel: _____

Fax: _____

E-Mail: _____

Alter:
(freiwillig) _____

Unterschrift: _____

Unser Programm beginnt am Montag mit dem Abendessen um 18.00 Uhr und endet am Freitag mit dem Mittagessen.

Um auch die anderen Angebote unseres Hauses (Sauna, Massage...) nutzen zu können oder um den Kurs in Ruhe ausklingen zu lassen, empfehlen wir Ihnen, etwas früher anzureisen oder ein, zwei Tage länger zu bleiben. Während des Kurses sind Anwendungen im Vitalzentrum nicht möglich.

Kosten

905,- € (Ü / VP / incl. Kurskosten)

Die Unterbringung erfolgt in Zimmern der Kategorie II. Auf Wunsch können Sie auch Zimmer anderer Kategorien gegen Aufpreis buchen.



KLOSTER ARENBERG

erholen • begegnen • heilen

Cherubine-Willimann-Weg 1 • 56077 Koblenz

Tel.: 0261 / 6401-0 • Fax 0261 / 6401-3454

www.kloster-arenberg.de

E-Mail: info@kloster-arenberg.de

2022



Foto: © sokaeiko/pixelio.de, www.pixelio.de

Angst überwinden

Vertrauen und Mut
gewinnen

04. – 08. Juli 2022

Angst überwinden

Angst gehört zum Leben. Sie zeigt sich entweder ganz direkt. Oder sie versteckt sie sich hinter vielerlei Masken wie Sorge, Unsicherheit, Vorsicht, Zurückhaltung, Anpassung, Vermeidung von eigenen Wünschen, ständigem Zweifel u.a.m.

Entscheidend ist aber letztlich nicht die Tatsache, dass Angst zum Leben gehört, sondern entscheidend sind die beiden folgenden Fragen: Dominiert die Angst unser Leben? Oder sind wir Herr/ Frau im eigenen Hause und weisen den Ängsten den Platz zu, der ihnen gebührt, den Platz nicht in der Mitte unseres Lebensgefühls, sondern den Platz am Rande?

Da haben wir eine ganz erhebliche Mitsprachemöglichkeit! Warum?
In der Seelentiefe eines jeden (!) Menschen liegen wunderbare Kräfte bereit, aus denen heraus wir uns der Angst entgegenstellen können. Das sind Kräfte wie Vertrauen, Mut, Hoffnung, Freiheit, Wertgefühl für die eigene Person u.a.m.

Und genau darum soll es in unserem Seminar gehen: wie kann es uns gelingen, diese Kräfte immer mehr spüren und für unser ganz alltägliches Lebensgefühl fruchtbar machen zu können?

Dazu werden wir zum einen die Erfahrungen der Teilnehmer anfragen. Zum anderen werden wir mit Hilfe der Wertimagination in unsere Seelentiefe eintauchen, in der all die e.g. Kräfte vorhanden sind. Und weiterhin sollen eine Reihe praxiserprobter Hilfen entfaltet werden, mit denen wir Mut, Vertrauen, Zuversicht, Selbstvertrauen immer ein Stück mehr zu Begleitern auf unserem Lebensweg werden lassen können.

Eine normale psychische Stabilität und Belastbarkeit ist dabei Voraussetzung für die Teilnahme an den Imaginationen, die wir machen wollen.

Kursleitung

Dr. Stephan Peeck
(Logotherapeut und Theologe)

*Wer zu sehr
„auf Nummer sicher“ geht,
fixiert sich immer mehr
auf seine Angst.*

*Wer Vertrauen
und Mut wagt,
gewinnt sein Leben.*