

Anmeldung

Ich melde mich an zum Kurs

Hätte ich das doch bloß nicht getan!

Freitag, 26. August bis
Montag, 29. August 2022

Kurs 22/33

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ: _____

Ort: _____

Tel: _____

Fax: _____

E-Mail: _____

Alter:
(freiwillig) _____

Unterschrift: _____

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

Kosten

610,- € (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: Beate Vettters@pixelio.de, www.pixelio.de

*Hätte ich das doch
bloß nicht getan!*



Sich selbst verzeihen können

26. –29. August 2022

Hätte ich das doch bloß nicht getan!

Hätte ich „das“ doch nie getan! Könnte ich es doch bloß rückgängig machen! Das werde ich mir nie verzeihen! So und vielfältig anders fühlen und denken wir häufig, wenn wir etwas gedacht, getan, entschieden haben, was wir später (sehr) bereuen. Wir haben andere, uns selbst oder beide durch unser So-Sein und Verhalten – minder oder schwer, vermeintlich oder tatsächlich - beschädigt. In endlosen Gedankenspiralen ergehen wir uns in Selbstvorwürfen, Selbstverurteilungen, manchmal ein Leben lang.

In diesem Seminar wollen wir zunächst fragen, wie wir tatsächliche Schuld von Schuldgefühlen, die man uns eingeimpft hat, unterscheiden können. Denn nicht alles, wofür wir uns schuldig fühlen ist auch immer schon Schuld. Nicht selten quälen wir uns mit Schuldgefühlen herum, die völlig überflüssig sind.

Ebenso wollen wir danach fragen, wie wir mit tatsächlichen Fehlern, Versäumnissen und Schuld, die auf unser Konto gehen, umgehen und leben können, ohne sie zu verleugnen aber auch ohne uns ständig und immer wieder mit Selbstvorwürfen zu überziehen und zu quälen.

Mit anderen Worten Wie kann es uns gelingen mit uns selbst gütig, wohlwollend, verzeihend umzugehen – trotz allem?

Wir werden dazu die Erfahrungen der Teilnehmer zu Rate ziehen, ebenso wollen wir mit Hilfe der Wertimagination nach den Kräften in unserer Seelentiefe suchen, aus denen heraus wir liebevoll und gütig mit uns umgehen können. Schließlich sollen auch praxiserprobte Anregungen und Hilfen für einen verzeihenden und gütigen Umgang mit sich selbst entfaltet werden. Für die Teilnahme an der Wertimagination ist eine normale psychische Stabilität und Belastbarkeit erforderlich.

Kursleitung

Dr. Stephan Peeck
(Logotherapeut und Theologe)

*Sich selbst ständig
anzuklagen ist leicht
und sinnleer.
Ehrlich zu bereuen
und sich selbst
zu verzeihen
ist schwer –
aber führt
neu ins Leben.*