

# Anmeldung

Ich melde mich an zum Kurs  
*Der innere Feind in mir -  
der innere Freund in mir*

Freitag, 29. März bis  
Montag, 01. April 2019

Kurs 19/16

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

Fax: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Alter:  
(freiwillig) \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Unser 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

590,- € (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

# 2019



Foto: © Angelina Ströbel/pixelio.de

*Der innere Feind in mir -  
der innere Freund in mir*

◆  
"Ja" zu sich selbst sagen

29. März – 01. April 2019

## *Der innere Feind in mir - der innere Freund in mir*

---

Es ist gar nicht so leicht "Ja" zu sich selbst zu sagen. Im Gegenteil: nur allzuoft denken, fühlen und handeln wir eher gegen uns selbst, anstatt für uns zu sein, auf unserer Seite zu stehen.

Wir sehen mit Vorliebe das, was uns nicht gelungen ist, was wir besser machen könnten, worin wir unserer Meinung nach versagt haben. Das andere, das, worin wir so richtig gut sind, was uns gelungen ist, das Schöne an und in uns nehmen wir merkwürdiger Weise oftmals weniger wahr. Wir können es zwar rational benennen und aufzählen, aber es berührt unser Gefühl häufig nicht so stark und tief, wie es die chronischen Selbstzweifel und die chronische Selbstkritik tun.

In diesem Seminar wollen wir versuchen, unserem inneren Feind - der Kraft also, aus der heraus wir immer wieder gegen uns sind - auf die Schliche zu kommen und Wege finden, ihn zu entkräften. Und wir wollen unseren inneren Freund - also die Kraft, aus der heraus wir für uns sind - kennenlernen und nach Wegen suchen, wie wir ihn in unserem ganz konkreten Lebensalltag immer mehr spüren und wirksam werden lassen können.

Dazu sollen eine Reihe praxiserprobter, konkreter Hilfen im Gespräch entfaltet werden. Und wir wollen mit Hilfe der Wertimagination (Reise in die Bilderwelt des Unbewussten) die Kräfte, aus denen heraus wir uns selbst annehmen und bejahen können, so dicht wie möglich erfahren.

### Kursleitung

Dr. Stephan Peeck  
(Logotherapeut und Theologe)

*Jeder Mensch ist  
einmalig und  
unverwechselbar -  
vom Leben selbst  
in seiner Einzigartigkeit  
zutiefst gewollt  
und bejaht.*