

# Spirituelles Selbstmanagement für ein besseres Leben

*Ein Mutmach-Erfahrungs-Forum*



*Vier Samstage zum Innehalten, Zentrieren und Neuausrichten.*

## *Fühlen Sie sich eingeladen!*

Seit mehr als anderthalb Jahren leben wir in „Corona-Zeiten“- mit Einschränkungen, Hoffnungen, emotionalem Auf und Ab. Der Klimawandel mit Katastrophen vor der eigenen Haustür zeigt uns, wie bedroht menschliches Leben ist. Gewohnheiten und Normalität bekommen Fragezeichen. Mitten in dieser neuen Umwelt mit ihren massiven Irritationen wird auf der gesellschaftlichen und politischen Ebene vieles neu buchstabiert.

Doch bei all diesen Wandel- und Wendezeiten liegt das Potenzial zur positiven Veränderung bei uns und in uns - in jedem einzelnen.

## *Veränderungsprozesse*

wollen gestaltet sein. An vier Samstagen laden wir Sie jeweils von 10 bis 18 Uhr herzlich dazu ein, mit uns auf Entdeckungsreisen zu gehen und Blicke auf das Wesentliche zu werfen.....

... im Gespräch, in Meditation und Stille, mit der Kraft der Musik und mit Übungen aus dem Yoga und der Gestalttherapie - zum Zuhören, Verstehen und zur persönlichen Weiterentwicklung.



### *Termine:*

13. November 2021

Mut tut gut – Vom Weg nach innen und seinen Potenzialen

27. November 2021

Haben und Sein – Von Lebenszielen, Wünschen und Gefühlen

08. Januar 2022

Dem Glück auf der Spur – Vom Reisen und von der Selbstannahme

22. Januar 2022

Ja und Nein – Vom Zweifel, vom Loslassen und vom Losgehen

## Impulsgeber

Wir verstehen uns als Impulsgeber für Räume der Begegnung  
- mit sich und anderen:



### Hermann Sicking

Mehr als drei Jahrzehnte habe ich als Pädagoge Menschen mit so genannter geistiger Behinderung begleitet. Diese Menschen haben mir gezeigt, wie über professionelle Konzepte und Fertigkeiten hinaus Intuition und Empathie unser Miteinander unterstützen, fördern und verbinden können. Prägend war die Erfahrung, wie vermeintlich Hilfebedürftige zu Vorbildern und Lehrmeistern werden. Gegenseitige Wertschätzung, die Anerkennung von Wandel und Veränderung sind Haltungen auf dem Weg zu Gesundheit und individuellem Wachstum.

(Hermann Sicking leitet gemeinsam mit seiner Frau Gerlind das Institut LLS - Leben Lernen Sein - in Velen, Kreis Borken)



### Raimund Weber

Wie ein roter Faden zogen sich durch meine 45 Berufsjahre, die meisten davon als Pressesprecher in großen Unternehmen, philosophische und existential-psychologische Themen: „Was und wie wir denken. Was und wie wir fühlen. Was und wie wir lieben.“ Fragen, die im beruflichen Alltag zur Auseinandersetzung mit ethischen Themen, zu mehr Wertschätzung und Verständnis für den anderen führten sowie zu Fortbildungen in Gestalttherapie, Spirituellem Selbstmanagement und jahrelangen Erfahrungen mit humanistischer Psychologie.

(Raimund Weber berät heute im Rahmen seiner PR-Agentur Menschen in Institutionen und Unternehmen.)

#### **Kosten:**

Die zusammenhängende Veranstaltung an vier Samstagen findet im Institut LLS „Leben Lernen Sein“ in Velen statt. Die Kosten betragen: Honorar: € 320,- zuzüglich MWST, zzgl. € 40,- Raummiete.

#### **Anmeldung /weitere Informationen:**

Institut LLS, Bahnhofsallee 4, 46342 Velen, Telefon 02871/4217,

[info@institut-lls.de](mailto:info@institut-lls.de)

[mail@weber-pr.de](mailto:mail@weber-pr.de)