

# LEBENSBLDER

„Es ist ein Grund zur Freude, wenn man sich selbst erkennt, denn nur dann kann man sich ändern. Solange man sich nicht ändern kann, bleibt alles beim Alten.“  
(Ayya Khema)



## **Wer bin ich jetzt im Moment – und wer will ich in der Zukunft sein?**

In diesem Kurs begeben wir uns im ersten Malprozess auf eine Reise zu unserer Seele, um zu erkennen, was uns im Moment, im Jetzt, ausmacht – Gutes wie auch weniger Gutes. Im zweiten Prozess geben wir unserer Seele die Möglichkeit zu zeigen, wie sie in der Zukunft sein möchte, sich ausdrücken möchte. Nach der Meditation werden in einem stillen Malprozess die Bilder zu Papier gebracht, die aus der Tiefe der Seele auftauchen. Mit Pastellkreiden und Wasser kann jede/r Einzelne seiner Wahrnehmung folgen. In einer nachfolgenden Bildbesprechung stellen wir als Abschluss gemeinsam die Verbindung zur aktuellen Lebenssituation her, wobei oft wertvolle Einsichten entstehen, die dann bearbeitet werden können.

**Dauer:** Tageskurs, ca. 7 Std.  
**Teilnehmerzahl:** max. 5 Personen  
**Ort:** Praxis für Psychologische Beratung & Coaching,  
Prüfening Str. 106, 93049 Regensburg  
(in den Räumen von Ergotherapie Regensburg Viktorija Fellner, 2. OG)  
**Preis:** 110,-- € incl. Material  
**Termin:** **Samstag, 24. Februar 2024, 10.00 – 17.00 Uhr**

## **Anmeldung:**

**Claudia Wenzl – Begleitung & Inspiration**  
Einhausen 7, 93138 Lappersdorf, Tel. 0941/82635  
**Praxis für psychologische Beratung & Coaching**  
Prüfening Str. 106, 93049 Regensburg  
info@claudia-wenzl.de

