



Einen Menschen seinem Schatten gegenüberzustellen  
heißt ihm auch sein Licht zu zeigen.  
Wenn man einige Male erlebt, zwischen beiden Gegensätzen zu stehen,  
beginnt man, zu verstehen, wer man ist.  
Wer zugleich seine Schatten und sein Licht wahrnimmt, sieht sich von zwei  
Seiten und damit kommt er in die Mitte.  
*Carl Gustav Jung 1875-1961*

### **„Der Tanz mit unseren Schatten und die Integration!“**

In diesem Einzeltraining geht es um unsere verborgenen Seiten. Um jene abgespaltenen Teile, mit denen wir uns nicht mehr beschäftigen. Sie sind so tief in das Unbewusste abgetaucht, dass sie uns nur noch über das Außen gespiegelt werden können. Es fällt uns zunächst leichter, das, was im Außen geschieht zu verurteilen, anstatt nach innen zu schauen und dort nach den Auslösern zu suchen. Den inneren Frieden finden wir dadurch aber nicht.

Wenn wir anfangen, uns selbst und die Geschehnisse aus einer anderen Bewusstseinssebene heraus zu betrachten, können wir damit beginnen, mit all unseren Schattenanteilen zu tanzen, um sie nach und nach zu integrieren und zu heilen.

Nach dem Training wirst du erkennen können, warum du immer wieder in die gleichen Situationen gerätst und den gleichen „Schlag“ Menschen begegnest bist.

Du lernst, wie du eine innere Balance und geistige, sowie bewusste Klarheit und inneren Frieden in dir wieder findest.

Ort: Online-Zoom  
Gebühr: 118 € - 60 – 80 Minuten

Anmeldung bitte über die Buchungsseite!

Ich freue mich darauf, dich bei der Integration deiner Schattenanteile begleiten zu dürfen.