



### \*\*\* Die HeldInnen Reise Online \*\*\*

Bei der "HeldInnenreise über Wandel und Rauhnächte online" lade ich dich ein, die Wandlung, die du in deinem Leben haben willst oder die Umbrüche, die gerade in deinem Leben geschehen bewusst (mit-) zu gestalten. Mit kreativen Methoden und Impulsen stelle ich dir jede Woche einen neuen Schritt auf der HeldInnen Reise vor und begleite dich in dem Prozess. Es wird live-Video Chats geben, wo wir uns austauschen können und Du mir Fragen stellen kannst.

Die Zeit zwischen den Jahren ist für diese intensiven Prozesse besonders geeignet, da sie nicht nur eine Zeit des Rückblicks und Rückzuges ist, sondern auch der Visionsentwicklung und Vorbereitung für Verwandlung. Die besondere Energie der Rauhnächte nehmen wir mit in die Wochenaufgaben. Am Ende jeder Woche treffen wir uns dann zu einem Online- Meeting (auch im Facebook Room), bei dem wir uns über die Erfahrungen und Prozesse austauschen und schauen, wo gerade jede auf Ihrer Reise steht.

Schön ist es, wenn Ihr eine Art Tage - und/oder Skizzenbuch bereithaltet und etwas zum Malen oder Zeichnen habt, aber auch zum Schreiben.

Die Wochenaufgaben sind sehr prozesshaft so, dass Ihr gut selbst entscheiden und schauen könnt diese in tägl. 5 Minuten oder auch deutlich mehr pro Tag zu machen.

#### Die 7 Stufen oder Themen

- › Ausgangspunkt: die gewohnte Welt \_\_ wo stehe ich gerade
- › Was lockt oder ruft dich, dich auf den Weg zu machen? was unterstützt?// Was hindert?
- › Die Schwelle, welcher Schritt ist zu tun, um die Entscheidung zur Wandlung zu bestätigen?
- › Herausforderungen, Widerstände ,Bewährungsproben... Wer oder was stellt sich dir entgegen? We oder was unterstützt dich in deinem Vorhaben?
- › Eintritt in die Höhle, die größte Herausforderung, was versteckt sich hier?
- › Welche Gabe hast Du auch in der Höhle entdeckt? Was ist die Kraft, das Medium um den Prozess der Wandlung zu vollziehe?.
- › Der Rückweg in die gewohnte Welt mit neuen (oder weiter entwickelten) Ressourcen. Wie kann ich das veränderte jetzt und hier in mein reales Leben integrieren und umsetzen. ((Rückkehr & Integration)

#### TERMINE:

kostenfreies Reinschnuppern:

**Fr. 10.12.2021 20 - 21.00 Uhr**

Welche Schwelle gilt es zu übertreten, wenn ich Wandlung/Transformation will.

und **Mo. 13.12.21 20 - 21.00 Uhr**

Die Gaben, die ich mit auf die Reise nehme

Der Online Workshop geht über 7 Wochen:

**Start Mo. 27.12.21 Endet am Fr. 04.02.2022**

Wir treffen uns immer montags 1 Stunde zum Thema und geben kreative Impulse zur Heldinnen Reise in Bezug zur Jahreszeit und den Rau(h)nächten. Wochenaufgabe freitagabends/samstagnachmittags treffen wir uns im Reflexionsmeeting online um uns über den Prozess auszutauschen.

Kosten: 205,00 €      Early Bird bis 23.12.2021 : 180,00 €

max. 20 TN