

**Vertiefungsseminar The Work**  
**mit Margrit Hardegger und Colette Grünbaum**  
**7.-9. Dezember 2018 und 22.-24. März 2019 auf dem Herzberg**



**Befreiung des inneren Kindes**

**Modul 1, 7.-9. Dezember 2018**

Überreaktionen und heftige Emotionen im Alltag deuten darauf hin, dass das innere Kind aktiv ist. In diesem Vertiefungsseminar wenden wir uns den verletzten und abgelehnten Anteilen in uns liebevoll zu. Wir erforschen, was das innere Kind in seiner Hilflosigkeit und Überforderung braucht und zeigen Wege auf, wie wir seine Bedürfnisse erfüllen, und es damit aus seiner Erstarrung und Handlungsunfähigkeit führen können. In Verbindung mit den eigenen Ressourcen übernehmen wir die Verantwortung für das Wohl des inneren Kindes, so dass die in uns blockierten Anteile wachsen und gedeihen können.

Der Focus in diesem Seminar ist das Arbeiten mit The Work in der Tiefe, am Ursprung von irrationalen, schmerzhaften und entwürdigenden Verhaltensweisen und Urteilen. Im Frieden jenseits unserer destruktiven Gedanken über uns selbst, finden wir den Boden, auf dem traumatische Erlebnisse Heilung erfahren können.

**In Selbstliebe erblühen**

**Modul 2, 22.-24. März 2019**

Unsere wahre Natur ist Liebe. Negatives Denken über uns selbst und andere verwehrt uns den Zugang dazu. Mit The Work identifizieren wir die Überzeugungen und Ängste, die uns hindern, frei unsere Wahrheit zu leben. Fehlt uns der Mut zur Integrität und Authentizität, verlieren wir die Achtung vor uns selbst und blockieren die Selbstliebe. Selbstkritik, Schuld- und Schamgefühle sind die Folge.

In diesem Seminar werfen wir einen freundlichen Blick auf unsere Unvollkommenheiten. Im Erkennen der Mechanismen, durch die wir aus der Selbstliebe fallen, schaffen wir uns eine Grundlage, uns selbst und andere in einer liebevollen Selbstannahme zu unterstützen. Auf diese Weise lüften wir die trennenden Schleier, und werden frei für die Liebe.

**Wann:**

7.-9. Dezember 2018 und 22.-24. März 2019, Fr. 10.00 bis So. 16.30 Uhr (Sa. Abend frei)

**Wo:**

**Herzberg, Haus für Bildung und Begegnung, 5025 Asp ob Aarau**  
Tel. 062 878 16 46, Mail : [info@herzberg.org](mailto:info@herzberg.org), [www.herzberg.org](http://www.herzberg.org),  
Unterkunft und Verpflegung p.T. : CHF 97.— (DZ, Etagedusche) bis  
CHF 147.— (EZ, DU/WC)

**Kosten:**

**Beide Module 990.--, einzelne Module je 580.—**  
(Kost und Logis nicht inbegriffen)

**Voraussetzung:**

Abgeschlossene Ausbildung zum Coach für The Work/School für The Work oder entsprechende Vorkenntnisse.

**Anmeldung:**

Margrit Hardegger, Eichacker 6, 4633 Hauenstein, Tel 062 293 08 12  
E-Mail: [info@frei-leben.ch](mailto:info@frei-leben.ch), [www.frei-leben.ch](http://www.frei-leben.ch)

Wir freuen uns, mit Euch in die Tiefe zu tauchen und in Selbstliebe wieder aufzutauchen!

Margrit + Colette