



*Authentische Weiblichkeit
&
Globale Verantwortlichkeit*



Bewusstsein & Erwachen
Susanne Maria Ahlendorf



Verkörperung des Wandels

Jahrestraining für Frauen mit Susanne Ahlendorf

„In einer Zeit, in der die Sehnsucht nach einem Wandel immer größer wird, greife ich nach dem Schwert und aktiviere das Feuer in meinem Herzen für gemeinsames Lernen, tiefes Begegnen und Co-Kreieren in der Gruppe.“

.....
Mai 2018 bis Nov. 2018 in 4 Modulen

Frauen RAUM Intensiv

Ein **Intensiv-RAUM** nur für Frauen schafft einen angemessenen geschützten Rahmen für die Entfaltung und Verkörperung der tiefen magnetischen Kraft und das Etablieren des ‚Inneren Tempels‘ im Herzen der Frau, verbunden und wirkend in der Welt.

Wir kreieren einen geschützten Raum, in dem Begegnung, Wertschätzung, Heilung der Schattenanteile, Lernen, Transformation und Ermächtigung stattfindet. Wir nutzen integrale Landkarten zur Orientierung für individuelle und kollektive Bewusstseins- und Werteentwicklung. Jede Ebene in der Entwicklung der Frau birgt ungenutzte Errungenschaften, die wir lebendig werden lassen. Körper, Contact Improvisation, Wilderness BodyPainting, Musik, Tanz, Natur und Elemente aus der magisch/mystischen, postmodernen und transpersonalen Welt.

Die Struktur

Es wird eine feste Gruppe von max. 20 Frauen geben, die das gesamte Jahr miteinander gehen. Beim ersten Treffen im Mai öffnen wir mit einem Ritual unseren gemeinsamen Raum und bilden den Kreis der Frauen.

Modul 1, 3 und 4 sind fester Bestandteil des Trainings. Modul 2 ist freiwillig und offen für weitere Frauen. In den Monaten zwischen den live-Treffen findet je ein Video-Wohnzimmer-Abend statt.

TERMINE

Vortreffen via Video-Zoom-Wohnzimmer am:

18. März 2018

29. April 2018

je von 20.00-21.30 Uhr

Anmeldung per Email und du erhältst die

Zugangsdaten.

4 Module:

Modul 1: **10.-13. Mai 2018**

Modul 2: **09.-15. Juli 2018**

– offene Woche –

Modul 3: **14.-16. Sept. 2018**

Modul 4: **09.-11. Nov. 2018**

Die Inhalte

Eigenen Platz einnehmen und die Verhinderer in Kontakt bringen. Schattenaspekte und unbewusste Beziehungsverstrickungen in eine gesunde Bezogenheit bringen

- **Ausgleich von Geben und Nehmen**
Verknüpfung des femininen & maskulinen Prinzips in uns; Geld als Thema
- **Den inneren Tempel erwecken**
Den Körper als Zugang und Quelle von Reichtum erfahren
- **Konfliktsituationen angemessen begegnen**
Die größere Perspektive einnehmen durch spirituelle Praxis
- **Heilräume durch ehrliche Bezogenheit praktizieren**
Das Zeuginnenbewusstsein etablieren als wichtigen Schritt für gesellschaftlichen Wandel

Teilnahme-Kosten und Anmeldung

Die Seminargebühr beträgt **€ 1.700,- für die Module 1-4.**

Frühbucherpreis € 1.470,- bei Überweisung bis 01. März 2018 einschließlich der Video-Wohnzimmer-Treffen. Hinzu kommen Materialkosten für Modul 2 (ca. € 150,-).

Bei Buchung nur von

Modul 1, 3 und 4: € 810,-, Frühbucherpreis bis 1. März € 730,-,

Mindestteilnehmerinnenzahl 14, maximale Teilnehmerinnenzahl 20

Nur Modul 2: € 890,-, Frühbucherpreis bis 2. April € 740,-,

Mindestteilnehmerinnenzahl 14, Maximale Teilnehmerinnenzahl 18

+ Materialkosten (ca. € 150,-)

Unterkunft und Verpflegung sind separat beim Seminarhaus zu buchen und zu begleichen.

Die Anmeldung erfolgt schriftlich per Email, bei Eingang der Seminargebühr ist ihr Platz reserviert und wird bestätigt.

Gesamtleitung:



Susanne Maria Ahlendorf

Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG)

www.susanneahlendorf.de

Seit 1998 in eigener Praxis tätig mit Coaching, Beratung, Psychotherapie und energetischen Heilsitzungen in Einzel- und Paarsitzungen auch über Internet-Video/Skype. Für Paare Entwicklungs-, Konflikt- und Trennungsbegleitung. Gruppenleitung seit 18 Jahren im Bereich Persönlichkeits- und Bewusstseinsentwicklung, Lehrerfortbildungen, Meditation, Online-Kurse, Trainerin für Transparente Kommunikation nach Thomas Hübl.

Kontakt und Rückfragen

Susanne Ahlendorf

Email: w

Tel.: 0178-1486337

Bankverbindung

Susanne Ahlendorf

Vereinigte Volksbank Maingau e.G.

IBAN: DE91505613150008904693

BIC: GENODE51OBH



Modul 1

Ankommen, Kreisbildung, Körper und Bewegung

10.-13. Mai 2018 | Do 17.00 – So 13.00 Uhr

Im wunderschönen Lahn-Dill-Bergland
www.oasegreifenstein.de

Bewusstheit in Bewegung – Contact Improvisation als ein offenes Format, um neu zu schöpfen. Gleichzeitig haben wir einen klaren, geschützten Raum und gemeinsame Vereinbarungen. Wir gehen in eine Auseinandersetzung mit dem Selbstverständlichen, begegnen Emotionen wie Angst und Scham, hinterfragen unsere Urteile und Glaubenssätze.

Eingebettet ist dieses verlängerte Wochenende in ein Format und eine Struktur, die die langjährige Arbeit mit Menschen der beiden Leiterinnen Susanne Ahlendorf und Heike Pourian widerspiegeln.

www.beruehrbarewelt.de



Modul 2

Das Wunder des Körpers und die Natur

09.-15. Juli 2018 - Offene Woche

In der wunderschönen Eifel
www.abrahm.de

Wilderness BodyPainting mit Rosel Grassmann – Rosel ist eine Künstlerin, die ihre Profession tief durchdrungen hat. Sie holt Menschen auf ihre empathische, geerdete und humorvolle Art ab und fordert gleichzeitig heraus, noch verborgene Wesenszüge und Potentiale sichtbar werden zu lassen.

Wir erschaffen Kunst und Kreativität am eigenen Körper. Die Farbe ist ein Schutz, eine zweite Haut sozusagen, hinter dem wir uns freier und offener erleben. Die direkte Nähe der Natur bietet uns die Möglichkeit, der Verkörperung von Liebeskraft, Hingabe und wahrhaftiger Entfaltung von Verbunden-Sein und Attraktivität.

Susanne und Rosel bringen ihre ganz unterschiedlich-einmalige Kompetenz zusammen in der gemeinsamen Leitung dieser Woche.

www.rosel-grassmann.de



Modul 3

Die verborgenen Kräfte hinter der Scham

14.-16. Sept 2018 | Fr 17.00 – So 13.00 Uhr

In der wunderschönen Eifel
www.abrahm.de

Schamgefühle sind noch ein Tabuthema in unserer Gesellschaft. Wir wenden uns ihnen in angemessenen Schritten zu und öffnen damit den Raum für unsere kreativen und eigenwilligen Kräfte.

Scham ist wie ein Seismograph, der sensibel reagiert, wenn menschliche Grundbedürfnisse wie Anerkennung, Schutz, Zugehörigkeit oder Integrität verletzt wurden. Unser geschützter Frauen RAUM bietet die Möglichkeit, lang geprägte Glaubenssätze und innere Festhalter ins Bewusstsein zu heben und den Code der Wirklichkeit umzuschreiben.

„Scham ist die Wächterin der Würde.“
(Brene Brown, Schamforscherin und Publizistin)



Modul 4

Die Stille als Quelle zutiefst authentischer Hingabe

09.-11. Nov 2018 | Fr 17.00 – So 13.00 Uhr

– Seminarhaus wird noch bekannt gegeben –

Wir werden mit unterschiedlichen Meditations- und Achtsamkeitspraktiken, einer passenden Ernährung und der wunderschönen Natur eine Auszeit von der äußeren Geschwindigkeit haben. Wir stärken die Verbindung zu dem Ort tiefer Liebe in uns und öffnen unser Herz für die Schönheit der Schöpfung.

„Es hat nie gesellschaftlichen Wandel gegeben, der nicht in den Nischen den Anfang hatte.“

Niko Paech