



Angelika Winkelhofer

Lebendige Stille 2017/2018



Neues Familienstellen
Spirituelles Enneagramm
Innere-Kind-Arbeit
Gemeinsam in Freiheit
BITEP-Supervision
TRE®

Michendorf | Berlin | Wien | München

Neues Familienstellen Bewegung der Stille

Neue Familien- & Systemaufstellungen

finden Anwendung in folgenden Bereichen:

- spirituelle oder emotionale Persönlichkeitsentwicklung
- Verstrickungen, die dem Aufwachen im Weg stehen
- Aussöhnung mit der Vergangenheit
- Entscheidungsfindung, Supervision
- beruflicher Erfolg, Organisationsmanagement
- Miteinander von Eltern und Kindern
- Hindernisse oder Konflikte in der Partnerschaft
- seelische und körperliche Krankheiten und Symptome

Die unterschiedlichsten Schwierigkeiten eines Menschen sind häufig kein individuelles Problem. Da die Beschwerden nicht individuell zu verstehen sind, können sie auch nicht individuell gelöst werden. Immer wieder finden sich systemische Verstrickungen, die durch Familienaufstellungen gewandelt werden können, um durch eine "bezogene Individuation" (Ich kann ich selbst sein, ohne mein Umfeld ausklammern zu müssen.) innere Freiheit und wahre Liebe in Einklang zu bringen.

Was neu ist

Das Familienstellen ist weit verbreitet, weil es viele positive Auswirkungen hat. Es hat jetzt eine sehr entwickelte Phase erreicht. Vom „Familienstellen“ über die „Bewegung der Seele“ zum „Neuen Familienstellen“. Dabei wird eine völlig neue Dimension erfahrbar, die essentielle Vertiefung und Transformation ermöglicht. Diese verdanken wir der inneren, auch eigene Thesen beständig überprüfenden Offenheit des über 90jährigen Bert Hellingers und seiner Frau Sophie.



Wie es geht

Beim „Neuen“ Familienstellen werden zu Beginn oft nur ein oder zwei Gruppenmitglieder als Stellvertreter aufgestellt. Sie repräsentieren Mitglieder des (Familien-)Systems, aber auch Krankheitssymptome, Persönlichkeitsanteile oder anderes. Indem die Stellvertreter sich gesammelt in ihre Position einfühlen, entsteht eine eigene natürliche Bewegung. JedeR Beteiligte kann auf diese Weise in die Systemzusammenhänge hineinfinden, weil diese bestimmten universellen Grundsätzen menschlichen Zusammenlebens folgen. Auch wenn diese bisher nicht immer zufriedenstellend rational erklärt werden können.

Die Bewegung ist oft leise und für alle Teilnehmenden mitfühlbar. Sie ist heilsam, weil bis zu ihrer Wurzel verfolgt, findet sich dort - die Liebe. Bisher Ausgeschlossenes oder Abgetrenntes findet einen angemessenen, stimmigen Platz. Im liebevollen Anerkennen dessen, was ist, liegt die einvernehmliche Lösung.

Wohin es geht

In meinen Seminaren in Michendorf, Berlin, Wien und München wird in besonderer Weise darauf eingegangen, wie die (familiären) Verstrickungen und innerlich empfundenen, manchmalgänzlichunterbewußten, Pflicht- oder Schuldgefühle der persönlichen oder spirituellen Entwicklung bisher hinderlich waren und jetzt gelöst werden können. Es geht um die Haltung dem Ganzen gegenüber, die sich verändern darf. Die Haltung gegenüber der eigenen Geschichte, ebenso wie gegenüber der Familiengeschichte. Die Haltung gegenüber dem Tod und dem Leben. Wenn die Seele in Bewegung kommt, die innere Haltung sich wandelt, dann entstehen auf natürliche Weise Öffnung und Hingabe an das Leben, was lebendigen Frieden ins Herz bringt.



Bewegung der Stille

Diese Aufstellungsarbeit ist von langjähriger Erfahrung und Freude an handwerklicher Präzision getragen. Sie ist dabei eingebettet in ein Kontext von Stille, ausgerichtet auf Wahrhaftigkeit, insbesondere auch bei vielen Teilnehmenden. Das macht sie furchtlos, unparteiisch und wesentlich wirkungsvoller. Bei allen Stellvertretern zeigt sich: diese erweiterte Perspektive öffnet für eine große Tiefe und Kraft. Jede einzelne Aufstellung und die gemeinsame Arbeit profitieren davon. Dieser heilsamen Bewegung der Stille können sich alle, im eigenen Tempo, mehr und mehr anvertrauen. Das löst Traumata und Verstrickungen und gibt dem Leben Energie und Richtung.

Dein Wochenende

Es sind alle Themen willkommen, aber es hat sich gezeigt, dass ein Schwerpunktthema, welches nur am Samstagvormittag exklusiv angesprochen ist, die Arbeit intensiviert. Sie besteht aus Aufstellungen und Übungen, in denen die Ordnungen der Liebe, die neusten Erkenntnisse der Bewegung der Seele und unsere Erfahrung der "Bewegung der Stille" lebendig werden; fortlaufend und intensiv durch das seelische Miterleben, durch Stellvertreter-Rollen sowie durch die eigene Aufstellung. Dabei steht die Arbeit im Dienst der Freiheit und jedeR ist darin eingebunden. Der Prozess unterliegt einer gemeinsamen Bewegung der gesamten Gruppe. Deshalb ist die Teilnahme an allen Terminen des jeweiligen Seminars erforderlich.



„Alle, die mich kennen, wissen, dass ich mich immer in den Fluss des Lebens stelle, wohin er mich auch führt, ohne eine Wertung und ohne mich selbst dabei aufhalten zu lassen.“
(Bert Hellinger)

“In den wunderbaren Seminaren von Angelika Winkelhofer wird das Familienstellen ein Werkzeug für das innere Wachstum wie auch für die eigene spirituelle Entwicklung und das Aufwachen. Wirkliches Aufwachen ist unmöglich, ohne lebendig zu werden und ohne im Einklang mit seinem Inneren, mit seinen Beziehungen, mit seiner Vergangenheit und seinen Ahnen zu sein. Dafür ist unsere spirituelle Aufstellungsarbeit ein effektiver, brillanter und ausgesprochen kraftvoller Weg. Sie ist ein unverzichtbarer Bestandteil unserer spirituellen Arbeit und der von mir entwickelten “7 Schritte zum Aufwachen”. Es ist mir eine große Freude, dass Angelika Winkelhofer diese Arbeit anbietet.“
(Christian Meyer)

Neues Familienstellen Termine 2017/2018

Berlin

„Gesundheit“	15.– 17. Sept 2017
„Paare/Patchwork“	16.– 18. März 2018
„Berufsfeld“	28.– 30. Sept 2018
Freitags	18 bis 21 Uhr
Samstags	10 bis 13 16 bis 19 Uhr
Sonntags	10 bis 13 Uhr
Kosten:	140 Euro, Ermäßigung möglich
Ort:	Zentrum zeit-und-raum Grunewaldstr. 18, 2. HH Berlin-Schöneberg
Information und Anmeldung:	Tina, 030 - 479 981 626 info@zeitundraum.org

Neues Familienstellen Termine 2017/2018

Wien

„Berufsfeld“

06.– 08. Okt 2017

„Kind/Geschwister“

26.– 28. Jan 2018

„Vater“

12.– 14. Okt 2018

Freitags
Samstags
Sonntags

18 bis 21 Uhr
10 bis 13 | 16 bis 19 Uhr
10 bis 13 Uhr

Kosten:
Ort:
Information
und Anmeldung:

160 Euro, Ermäßigung möglich
Lehargasse 1 • Wien
Sarah, ++43 (0)677 612 634 10
wien@zeitundraum.org

München

„Mutter“

12.– 14. Jan 2018

„Gesundheit“

1.– 3. Juni 2018

Freitags
Samstags
Sonntags

17 bis 20 Uhr
10 bis 13 | 16 bis 19 Uhr
11 bis 14 Uhr

Kosten:
Ort:

160 Euro, Ermäßigung möglich
Gustav-Adolf-Kirche
Hohenaschauer Str. 3
München

Information
und Anmeldung:

Sabine, Tel: 08841 - 489 56 26
muenchen@zeitundraum.org

Michendorf

2017

26. September
21. November
19. Dezember

2018

23. Januar
27. März
24. April
29. Mai
26. Juni
28. August
25. September
6. November
4. Dezember

Zeit:

Dienstags, 19:15 - 22 Uhr

Ort:

Praxis Winklhofer, Michendorf
(Anfahrt siehe hinten)

Kosten:

30 Euro

Information:

praxis.winklhofer@gmail.com

Anmeldung online:

www.angelika-winklhofer.de/
samedi

Fortbildung in Neuer Familien- und Systemaufstellung

Ordnungen der Liebe als Bewegung der Stille erleben

Unabhängig davon, ob Du das Familienstellen beruflich, z.B. als therapeutisches Mittel oder für Dein persönliches Wachstum anwenden möchtest, geht es im Fortbildungs-Seminar in besonderer Weise um das Verstehen und Erfahren der dieser Arbeit zu Grunde liegenden Prinzipien und Herangehensweisen.

Die Schulung einer phänomenologischen Wahrnehmung ist ein essenzieller Bestandteil. Es ist eine Wahrnehmung, die alle Beteiligten auf gleiche Weise empathisch dazu nimmt. Es ist eine Wahrnehmung, die ohne Urteil bleibt und die auf diese Weise ein neues, erweitertes Verständnis ermöglicht.



Themen

- | | |
|------------------------------|-------------------------------------|
| A – Geschwister u. a. Kinder | D – Gesundheit |
| B – Vater | E – Paare/Patchwork |
| C – Mutter | F – Organisationen/
Einzelarbeit |

Inhalt und Ablauf

Wer regelmäßig an den Aufstellung-Wochenenden teilnimmt, erhält ein grundlegendes Verständnis über die „Ordnungen der Liebe“. Diese sind ein grundsätzliches Ordnungsprinzip. Die Anwendungsmöglichkeiten dieser Fortbildung sind daher vielfältig und können sowohl im Heilbereich als auch in vielen anderen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens, in wirtschaftlichen und sozialen Zusammenhängen oder bei der Rechtsprechung angewendet werden.

Auch auf Körperprozesse und Persönlichkeitsanteile treffen diese Prinzipien zu. Sie zu erlernen, öffnet daher die Perspektive, sie in diversen beruflichen und privaten Bereichen anzuwenden. Dies ist besonders wünschenswert, weil ein harmonischeres Zusammenleben alle Beteiligten entlastet. Alle Fragen bezüglich systemischer Zusammenhänge bekommen Raum.

Die Fortbildungsseminare finden im Anschluss an die Wochenenden zum Familienstellen statt. Jedes Seminar besteht also aus einem offenen Teil (zwölf Stunden) an dem auch immer wieder neue Menschen teilnehmen, was sehr bereichernd ist. Die Themen des offenen Teils orientieren sich am FoBi-Thema, sind jedoch nicht daran gebunden oder darauf beschränkt. Es gibt drei zusätzlichen Stunden, die nur für die Fortbildungsteilnehmer reserviert sind. Für alle Teilnehmerinnen ist eine Interventionsgruppe Freitags nachmittags jeweils vor dem Aufstellungs-Wochenende eingerichtet.

Ab dem zweiten Jahr bzw. dem dritten FoBi-Block können Aufstellungen untereinander angeleitet werden. Die Entwicklung der beruflichen Kompetenz ist also zum einen die Folge einer persönlichen Entwicklung und zum anderen dem Erlernen der grundlegenden Prinzipien der systemischen Therapie zu verdanken.

Kosten und Anmeldung

250 € pro Wochenende
mit jeweils 15 Stunden sowie 3 h Intervention
50 € Verwaltungsgebühr für die Akkreditierung aller cme-Punkte und / oder einer Fortbildungszertifizierung.
Es ist ein fortlaufender Einstieg möglich.
Gerne senden wir Dir unser Konzept.

Wiederholer der Familienstellen-Fortbildung zahlen zusätzlich zum Seminarpreis ab dem siebten Wochenende 40 € für die Fortbildung und 10 € für die Intervention.

Information: praxis.winklhofer@gmail.com
Anmeldung: siehe Veranstaltungsort

Die systemische Arbeit als solche findet immer breitere Anerkennung. Mittlerweile gibt es auch Möglichkeiten, mit einer Ausbildung aus diesem Bereich als Psychotherapeutin zu approbieren. Dieses Seminar ersetzt selbstredend keinen Beruf und keine Heilerlaubnis. Es sind **cme**-Punkte durch die Ärztekammer Brandenburg für die Termine in Wien bewilligt, entsprechend i.d.R. anrechenbar **DFP** für Österreich, zunächst bis 2018.



TRE® – Körperübungen für die Traumaheilung

Mit dieser Arbeit lassen sich alltägliche Anspannungen und traumatische Ereignisse aus dem Körpergedächtnis lösen. Der Körper hat eine spezifische Weise entwickelt, auf lebensbedrohliche Ereignisse mit einer Ganzkörperanspannung zu reagieren. Er hat auch eine Möglichkeit entwickelt, diese Anspannung über das sogenannte neurogene Zittern wieder abfließen zu lassen. Im gemeinsamen Raum werden diese sieben Körperübungen eingeübt und ausprobiert, sodass sie dann zu Hause anwendbar sind.

Ab November 2017 bin ich zertifizierte TRE®-Providerin und möchte diese eindrucksvolle Arbeit schon jetzt gerne zur Verfügung stellen.

Es finden regelmäßige Termine in Michendorf statt. Bei Bedarf können TRE®-Termine auch im Zusammenhang mit Wochenenden zum Enneagramm oder zum Familienstellen eingeplant werden

Termine am Dienstag 19:15 bis ca. 21 Uhr

Es werden mit max. 10 Teilnehmenden, die TRE® - Körperübung für die Traumaheilung nach David Bercelli geübt.

2017

5. September
14. November
12. Dezember

2018

2. Januar (18:15 Uhr)
30. Januar
20. März
22. Mai
17. April
19. Juni
4. September
16. Oktober
20. November
18. Dezember (18:15 Uhr)

Michendorf

Zeit: 19:15 bis ca. 21 Uhr
Ort: Praxis Winklhofer, Michendorf
(Anfahrt siehe hinten)
Kosten: 41,95 € pro Sitzung
(100 min, max. 10 Teilnehmer)

Die Anmeldung ist verbindlich und wenn kein Ersatzteilnehmer gefunden wird, ist die Gebühr auch bei Nicht-Teilnahme zu bezahlen.

Anmeldung online: www.angelika-winklhofer.de/samedi

Enneagramm & Selbst-Erfahrung

Neun Farben der Stille

Was ist das Enneagramm?

Das Enneagramm ist ein Weisheitsspiegel. Es werden neun verschiedene Charakterfixierungen beschrieben: neun Strategien, um das Leben mehr oder weniger befriedigend zu meistern. Es ist seit Jahrtausenden ein Instrument der spirituellen Transformation. In den letzten 40 Jahren hat es sich mit der westlichen Psychologie verbunden und findet in verschiedenen Bereichen Anwendung.

Wozu nützt es Dir?

Das Enneagramm hat eine tiefe Kraft und einen sehr tiefen Nutzen: Es ermöglicht Dir, Dich selber wirklich zu verstehen. Du siehst plötzlich Deine Schattenseiten. Du weißt plötzlich, was mit Deinen alten Strategien immer wieder schief läuft. Das Enneagramm wird es Dir ermöglichen, viel freier zu sein und zu handeln.

Du lernst auch, die Menschen zu verstehen, deren Verhalten Du oft so schmerzlich auf Dich selbst beziehst, statt es einfach aus ihrer Person und aus ihrer Charakterfixierung heraus zu begreifen. Stell Dir vor, Du könntest einfach gegenüber den Eigenheiten Deines Mannes oder Deiner Frau tolerant sein, weil Du die Motivation verstehst, frei von den bisherigen Fehlinterpretationen. Stell Dir vor, Du würdest einfach Dein Kind in den Arm nehmen können und ihm über seine Schwierigkeiten hinweghelfen, weil Du mit dem Enneagramm seine Eigenheiten erkannt hast.

Das spirituelle Enneagramm

Seine ureigenste Bedeutung hat das Enneagramm im spirituellen Zusammenhang. Du siehst plötzlich Deine Fixierung: Das, was Du nicht bist. Je klarer Du das erkennen kannst, desto durchsichtiger wird die Fixierung und der ganze Film Deines Lebens. Der Schleier fällt. Du kannst erfahren, was Du wirklich bist: Liebe, Leere, Gewahrsein.

Das Enneagramm erweist sich als ein lebendiges und wirksames Instrument zur Selbsterforschung und Veränderung auf dem inneren Weg.



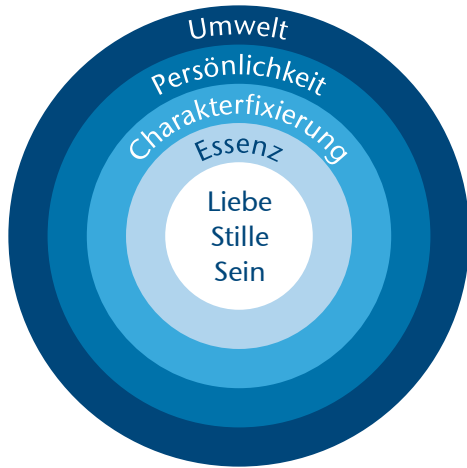
Wenn Du schon tiefe spirituelle Erfahrungen gemacht hast, ist das Enneagramm weiterhin ein unbestechliches Werkzeug, um Dir Deine blinden Flecken zu zeigen, um der Stille im Alltag mehr Platz zu geben, so dass diese sich immer tiefer entfalten kann. Jede leidenschaftliche Unachtsamkeit darf wegschmelzen. Liebevoll und unerbittlich.

Unser Angebot

Christian Meyer und Angelika Winklhofer lehren die Arbeit mit dem Enneagramm seit fast 20 Jahren mit viel Humor – fundiert und liebevoll, wie sie es besonders bei Eli Jaxon-Bear gelernt haben. Es gibt viele Übungen in Kleingruppen oder zu zweit. Manchmal erschütternd, oft erheiternd ist es, in der Gruppe den Menschen der gleichen Charakterfixierung zu begegnen.

Die Seminare bieten viele wertvolle Erfahrungen, die tiefgreifende Veränderungen bewirken können.

Durch den jährlichen Rhythmus wird eine kontinuierliche Arbeit ermöglicht: im viertägigen Enneagramm I gibt es immer wieder viel Neues zu entdecken und im Enneagramm II - Wochenende werden für Fortgeschrittene in jedem Jahr andere wichtige Themen, psychische Strukturen und Lebensbereiche beleuchtet.



Dipl.-Psych. Christian Meyer

Spirituelle Lehrer und Psychotherapeut. Seine Arbeit ist einfach, klar, direkt und sehr wirkungsvoll. Seine Suche endete 1998, als er seinem Lehrer Eli Jaxon-Bear – in der Tradition von Sri H.W.L. Poonjaji und Ramana Maharshi – begegnete. Er erkannte seine wahre Natur und unterstützt seitdem Menschen, die den Wunsch nach vollständiger Freiheit und Selbstverwirklichung haben. 1999 gründete er das spirituelle Zentrum „zeit-und-raum“ in Berlin. Seine Arbeit verkörpert die Verbindung von Spiritualität und Therapie. Die Grundlage dafür bildet seine 30-jährige psychotherapeutische Erfahrung. Er nutzt das Enneagramm, Gestalttherapie, Körpertherapie, NLP, Hypnose und Familienaufstellungen. Von 1980-1992 Lehrtätigkeit an Universitäten in Hamburg und Berlin. Er erforscht die Erfahrung des Aufwachens bei den verschiedenen spirituellen Wegen.



[1] obere Grafik auf Grundlage von Eli Jaxon-Bear

Enneagramm I

Christian Meyer und Angelika Winklhofer

Vielleicht hast Du schon vom Enneagramm gehört oder gelesen. In der Gruppenarbeit in diesem Seminar wird das Enneagramm lebendig, spannend und sehr konkret.

Du erkennst Deine Fixierung im Spiegel der anderen, siehst den Splitter und den Balken. Du spürst förmlich, wie diese oder jene Fixierung „tickt“.

Auch wenn Du schon Vieles über das Enneagramm weißt und vielleicht Deine Fixierung schon kennst, ist es neu und spannend, tiefer und tiefer in das Verständnis einzusteigen, bis der Fixierung langsam - oder plötzlich - ihr Momentum, ihr Antrieb verloren geht.

Die sogenannte Leidenschaft der Fixierung, die Dich bisher verklärt hat, kommt zur Ruhe. Dann findest Du den Frieden und die Liebe, die Du in Wahrheit bist.

Berlin

Do 10. – So 13. Mai 2018

Zeiten:

Do-Sa 10-12 | 14-16 | 17-19 Uhr
So 10-13 Uhr

Yoga:

Fr-So 9-10 Uhr

Seminarbeitrag:

240 €, Wiederholer 140 €

Ort:

„Statthaus Böcklerpark“
Prinzenstr. 1, 10969 Berlin
U1: Prinzenstrasse

Information
und Anmeldung:

Tina, 030 - 479 981 626
info@zeitundraum.org

Infoabend zum E I

Zeit: 19:30 Uhr | Kosten: 5 €

Berlin

Mi 25. April 2018

Zentrum zeit-und-raum
Grunewaldstr. 18, 2. HH
Berlin-Schöneberg

Der Heilige Weg

Enneagramm & Selbst-Erfahrung Jahresprogramm 2018

Angelika Winklhofer

Termine und Themen:

9. Januar	Einführung: Enneagramm und Selbst-Erfahrung
13. März	Die Eins - Heitere Gelassenheit
10. April	Die Zwei - Demut
15. Mai	Die Drei - Wahrhaftigkeit
12. Juni	Die Vier - Gleichmut
21. August	Die Fünf - Nicht-Anhaften
11. September	Die Sechs - Mut
9. Oktober	Die Sieben - Nüchternheit
13. November	Die Acht - Unschuld
11. Dezember	Die Neun - Rechtes Handeln

Michendorf

Zeit:	Dienstags, 19:15 - 21:45 Uhr
Ort:	Praxis Winklhofer, Michendorf (Anfahrt siehe hinten)
Kosten:	20 €, zusammen 180€, Wiederholer 15€, zus. 130€
Information:	www.angelika-winklhofer.de
Anmeldung online:	www.angelika-winklhofer.de/samedi begrenzte Teilnehmerzahl
Akkreditierung:	je 3 cme-Pkt. je 5 € Bearbeitungsgebühr

Enneagramm II

Jedes Jahr findet in Berlin (C.M. und A.W.) ein Enneagramm-Vertiefungsseminar mit einem neuen Thema statt. In den folgenden Jahren wird es in Wien, München und Michendorf (A.W.) wiederholt. Diese Seminare wenden sich an Menschen, die sich im Basisseminar E I das Grundwissen über die Charakter-Fixierungen angeeignet haben und die an der tieferen Erforschung der Fixierung interessiert sind.

Der Heilige Weg ^[1]

Der heilige Weg ist ebenso wie die heilige Idee weder heilig noch ein wirklicher Weg. Er gibt uns aber einen Hinweis, mit welcher Qualität, mit welcher tatsächlichen Tugend das Anhalten für uns leichter wird. Die Sechs beispielsweise versucht der Angst, den Sorgen, welche sie die ganze Zeit begleiten, durch Grübeln und Zweifel, ihrer Hauptleidenschaft auszuweichen. Wenn sie jetzt den Mut fasst, sich der Angst zuzuwenden, statt vor ihr davonzulaufen, dann ist dies ein wichtiger Schritt; sogar der entscheidende Schritt, um stiller werden zu können. Still bleiben bedeutet hier in keiner Weise sich starr zu machen oder tot zu stellen. Still zu bleiben bedeutet, im Kontakt mit dem eigenen Herzen zu sein. Nicht dem nächstbesten gedanklichen, emotionalen oder tatsächlichen Handlungsimpuls zu folgen, sondern nachzuspüren welches wirkliche Gefühl in dem Moment in mir auftaucht.

Der Mut kann der Sechs auch helfen, die Dinge, die sie mit der Klarheit ihres Verstandes wahrnimmt, auszusprechen und nicht länger der Angst ausgestoßen zu werden zu frönen, den Mut zu haben Tabus zu brechen. So kann also der heilige Weg Dich unterstützen, den verschiedenen Fallen und Widrigkeiten, wie sie in den einzelnen Fixierungen beschrieben werden, ins Gesicht zu schauen.

Woher soll aber der Mut kommen oder die anderen Qualitäten? Sie stellen sich ein, wenn Du weißt wofür Du über Deinen Schatten springen willst. Mut kommt, wenn es keinen anderen Ausweg gibt, wenn jede Alternative Selbstverrat wäre, wenn mir die Wahrheit wichtiger ist, als alles andere.

[1] Auszug aus Angelika Winklhofer und Christian Meyer, Neun Farben der Stille, Verlag zeit-und-raum, Berlin, 2016

Polaritäten

Jede Fixierungen hat eine Polarität. Zum Beispiel bei der Vier: analytisch - desorientiert. JedeR realisiert beide Pole; in einem Kontext mal mehr das Analytische, in jenem Kontext mehr das Desorientierte. Daraus entstehen viele Konflikte. Aber wenn man diese konstruktiv löst und wenn man anhält, zurücktritt und der Zuschauer wird, dann werden die Polaritäten das Salz in der Suppe: Dualität, Polarität und auch Konflikte sind die Ursache für Wachstum und Entwicklung. Dann kann man sich nicht nur beide Seiten aneignen, sondern auch die vielen „Zwischentöne“. Man kann sich selber und den anderen mit seinen Konflikten besser verstehen. Dadurch entsteht für Dich selber und den anderen Verständnis und innere Freiheit.

Subtypen

An diesem Seminar wird auf besondere Weise deutlich, wie grundlegend die drei das Überleben sichernden Triebkräfte, die in einem weiteren Sinne auch den drei unteren Chakren entsprechen, die Grundfixierung beeinflussen und antreiben. Selbsterhaltung, Sexualität und Soziales, unsere animalischen Triebe verknüpfen sich mit der Leidenschaft und steuern so befehlsartig unser Unterbewusstsein. Es ist an der Zeit das zu lösen. Dabei ist das Herzchakra der Wendepunkt: gemeinsam mit den drei oberen Chakren sind wir eingeladen unseren spezifisch menschlichen Fähigkeiten entsprechend in der Welt zu sein. In der Folge ändern sich Deine Beziehungen, weil sich ein tiefes Verstehen der Bedürfnisse einstellt, die Du weder bekämpfen, noch Dich von ihnen beherrschen lassen musst. Wenn Du die „Neun Farben der Stille“ und Deinen Subtyp kennst, wird der Alltag immer mehr zu bunter freudvoller Lebenskunst.

Archetypen

Dies ist ein vielfach ungenutztes Merkmal in der Enneagramm Arbeit. Der Archetyp spiegelt intuitiv ein tiefes inneres Bild wider, das unterbewusst unser Verhalten, unser Selbstbild bestimmt. Es beschreibt, wie wir gerne wären als ein inneres Vorbild, und ebenso wie wir möchten, dass andere uns sehen. Das ist die eine Seite des Archetyps. Die andere Seite: Der Archetyp ist auch das, was sich als Wesen unserer Persönlichkeit

verwirklichen, manifestieren und in der Welt zeigen möchte. Damit spiegelt der Archetyp auch unsere tiefere Essenz wider.

Für beide Seiten hat das Enneagramm eine immense Kraft, Dich selber zu erforschen, zu erkennen und dann das zu leben, was Du bist. Immer wieder geraten wir in Einzelsituation oder auch in Gruppenstrukturen in bestimmte Rollen hinein. Wenn dies als Muster erkannt ist, kann ich davon zurücktreten und mit einer inneren Freiheit mein Leben gestalten. Dabei können wir insbesondere der Falle der Fixierung und ihrem Abwehrmechanismus auf die Spur kommen, um so mehr Lebendigkeit zu finden.



Die Stress- und Relax-Bewegungen

Gemeinsam können wir genauer herausfinden, welche zusätzlichen Tendenzen uns in der Stress- und in der Relax-Bewegung begegnen. Dabei ist es zuerst einmal hilfreich, die Zusammenhänge dieser Bewegung mit dem vegetativen Nervensystems zu verstehen. Dies beeinflusst unter anderem unsere Fähigkeit Gefühle zuzulassen. Diese Fähigkeit aber ist es, die für das Aufwachen und das Stillen werden ebenso wie für den Weg zu uns selbst grundlegend ist.

Viele Menschen beobachten, dass in der Stressbewegung ein Abwenden von den Gefühlen stattfindet. Auf dem spirituellen oder therapeutischen Weg sehen wir uns häufig mit den Themen der Relax-Bewegung konfrontiert. Hier die Zusammenhänge zu verstehen, kann helfen, sich den neuen und ungewohnten Herausforderungen aus einer weniger vertrauten Fixierung zu stellen und sie als Trittbrett zu benutzen, um noch tiefer in die Freiheit zu fallen.

Für Menschen die weniger mit dem Enneagramm vertraut sind, können diese Bewegungsrichtungen unterstützend sein, die eigene Fixierung zu identifizieren. Ein spannendes Forschungs- und Selbsterforschungsprojekt ist die Frage, ob es Zusammenhänge zwischen den Dichotomie, den Polaritäten der Fixierung und der Stress- und Relax-Bewegung gibt.

Wir freuen uns auf die gemeinsame Forschungsreise mit euch.

Berlin

Archetypen Fr 3. – So 5. Nov 2017
C. Meyer und A. Winklhofer

Die Stress- u. Relax-Bewegungen
Fr 7. – So 9. Dez 2018
C. Meyer und A. Winklhofer

Zeiten: Fr 18-21 Uhr
Sa 10-12 | 14-16 | 17-19 Uhr
So 10-13 Uhr

Seminarbeitrag: 150 €
Ort: Zentrum zeit-und-raum
Grunewaldstr. 18,
Berlin-Schöneberg

Info u. Anmeldung: info@zeitundraum.org
030-479 816 26

Michendorf

Praxis Winklhofer (Anfahrt sh. hinten)

Einführung Fr 15. Dez 2017
Angelika Winklhofer

Zeiten: 10-16 Uhr
Seminarbeitrag: 75 €

Subtypen Fr 15. – So 17. Dez 2017
Mo 1. – Mi 3. Okt 2018
Angelika Winklhofer

Zeiten: Fr/Mo 18-21 | Sa/Di 10-13 | 16-19 Uhr
So/Mi 10-13 Uhr

Seminarbeitrag: 150 €

Anmeldung: www.angelika-winklhofer.de/
samedi

Wien

Archetypen Fr 22. – So 24. Juni 2018
Angelika Winklhofer

Zeiten: Fr 18-21 Uhr
Sa 10-13 | 16-19 Uhr
So 10-13 Uhr

Seminarbeitrag: 160 €
Ort: Institut Dr. Schmida
Lehargasse 1, A-1060 Wien

Info und Anmeldung: Sarah, ++43 (0)677 612 634 10
wien@zeitundraum.org

München

Einführung Sa 7. – So 8. Okt 2017
Sa 13. – So 14. Okt 2018
Anke Waterkamp
Sa 10 Uhr -So 17 Uhr

Zeiten, Beitrag:

Der Heilige Weg Fr 17. – So 19. Nov 2017
Polaritäten Fr 16. – So 18. Nov 2018
Angelika Winklhofer

Zeiten: Fr 18-21 Uhr
Sa 10-13 | 16-19 Uhr
So 11-14 Uhr

Seminarbeitrag: 160 €
Ort: Gustav-Adolf-Kirche
Hohenaschauer Str. 3
81669 München - Ramersdorf

Info und Anmeldung: Sabine, 08841-489 56 26
muenchen@zeitundraum.org

Gemeinsam in Freiheit

Ein Wochenende für Singles und Paare
mit Angelika Winklhofer und Achim Windisch

Autonomie - Ambivalenz - Bindung Den Film aus Vorstellungen und Glaubenssätzen in Beziehungen anhalten

Manchmal macht die Vorstellung von Unabhängigkeit Angst, und sie kann gleichzeitig deine tiefste Sehnsucht sein. Der Wunsch nach Freiheit und der Wunsch nach Geborgenheit scheinen einander diametral entgegen zu stehen. Gemeinsam finden wir an diesem Wochenende heraus, wie wahrhaftige Begegnung den Weg in lebendige Stille, unterstützen kann. Wie kannst Du aussteigen aus Deiner vielleicht streng-erwachsenen oder kindlich-pubertären Phantasiewelt, um das Wunder des voneinander Berührt-Seins zu erfahren?

Wenn in Stille Dein Herz überfließt, wie gelingt dann das liebevolle Miteinander der unterschiedlichen Charakterstrukturen, Leidensmuster und Lebensziele?

Welche Rolle spielt das „Du“ in deinem Leben, welche das „Ich, das Selbst“ und welche das „Ego“. Eigenen Impulsen folgen ohne den anderen zu verletzen; geht das überhaupt?



*Wir freuen uns auf
das Abenteuer der Hingabe
an die Lebenslust und Tiefe.*

Michendorf

Sa 21. – So 22. April 2018

Zeiten	Sa 10:30-13:30 Uhr 16-18 Uhr 19-20:30 Uhr So 9:30-12:30 Uhr 14-16 Uhr
Kosten:	160 €, Ermäßigung möglich
Ort:	Praxis Winklhofer, Michendorf (Anfahrt siehe hinten)
Weitere Info:	info@achimwindisch.de
Anmeldung online:	www.angelika-winklhofer.de/ samedi
	begrenzte Teilnehmerzahl

Achim Windisch

Achim Windisch arbeitet seit 28 Jahren als Psychotherapeut, davon 14 Jahre in einer Klinik für Psychosomatik und 14 Jahre in freier Praxis, Einzel-, Gruppen- und Paararbeit. Die angewendeten Verfahren sind tiefenpsychologisch orientiert mit Schwerpunkt Atem-, Klang-, Stimme-, Körperarbeit, sowie Gestalt und Ritualarbeit nach Paul Rebillot. Entscheidende Schritte in die Freiheit machte er in den Retreats seines spirituellen Lehrers Christian Meyer (seit 2005) und am Karen Horney Institut bei dem er seit sechs Jahren auch als Mentor tätig ist. Sein Herzensanliegen ist, Menschen auf ihrem Weg in Bindung und Freiheit einfühlsam zu begleiten.

www.achimwindisch.de.



Frieden für das Innere Kind

Ein Wochenende für Dich und Dein Inneres Kind mit Angelika Winklhofer

Für unsere Lebendigkeit und innere Freiheit ist es entscheidend, wie wir zu uns selber stehen. Sind wir freundlich, geduldig, neugierig und liebevoll oder sind wir kritisch, uns fremd oder sogar gemein zu uns selbst. Erst wenn wir uns selber lieben, können wir anderen auch mit Verständnis und Liebe begegnen. Das hat großen Einfluss auf die lebendige Stille. Wie geht das?

Gerade wenn das Innere Kind abgespalten und fremd ist, erlebt sich jemand und handelt wie ein kleines Kind. Dies kann sowohl das Arbeitsleben als auch Freundschaften oder Partnerschaften gravierend beeinflussen und teilweise sogar unmöglich machen. Dieses kindliche Erleben zu erkennen, zu verstehen und dann liebevoll damit zu sein ist wesentlicher Aspekt der modernen Psychotherapie und ermöglicht, unsere gesamte Kreativität und Kraft zu entfalten. Jeder kann hierzu seine eigene Methode anwenden, oder aber auf die von mir auf YouTube beschriebene Methode zurückgreifen.



Um gut für mein inneres Kind sorgen zu können, brauche ich für mich als Erwachsene im heutigen Leben einen inneren sicheren Ort. Ich brauche die Fähigkeit und Wahlmöglichkeit, aus belastendem Erleben herausgehen

zu können, wenn dies als überwältigend erlebt wird. Erst wenn ich mich als ErwachseneR sicher fühle, kann ich dem Inneren Kind den nötigen Schutz bieten.

Wir werden an diesem Wochenende folgende Fragen erarbeiten: Wie kann ich für mich heute, im Hier und Jetzt dafür sorgen, dass ich mich heil, ganz, sicher und geborgen fühle?! Wie kann ich diese Sicherheit und Geborgenheit an das Innere Kind weitergeben?!

Im Prozess des Aufwachens oder der Selbst-Erfahrung spielt die Begegnung mit Gefühlen eine besondere Rolle. Der Mensch ist mit seiner kleinkindlichen Emotionalität nicht in der Lage sich der Todesangst auszusetzen, er soll sich geborgen, gehalten und heil fühlen, wie in einem Nest. Wie kann ich hier zwischen einem Gefühl unterscheiden, dem ich mich ganz und gar aussetzen und hingeben will und einem kindlichen Gefühl, bei dem ich mich schützen darf und kann ohne dieses kindliche Gefühl wieder in die Besenkammer sperren zu müssen.



*Du bist geliebt.
Du bist weise.
Du bist sicher.*

YouTube-Video “Mitgefühl mit dem Inneren Kind“
www.angelika-winklhofer.de/selbsterfahrung/inneres-kind

Michendorf

Fr 31. Aug – So 2. Sept 2018

Freitags	18-21 Uhr
Samstags	10-13 16-19 Uhr
Sonntags	10-13 Uhr
Kosten:	150 €, Ermäßigung möglich
Ort:	Praxis Winklhofer, Michendorf (Anfahrt siehe hinten)

Anmeldung online: www.angelika-winklhofer.de/samedi
begrenzte Teilnehmerzahl

BITEP-Supervision

Supervision in kleinen Gruppen in Berlin, Michendorf und München

Für die Supervisions- und Übungs-Wochenenden der BITEP Methodenfortbildung des Karen Horney Instituts.

Auf vielfachen Wunsch biete ich Supervision in kleinen Gruppen mit max. 12 Teilnehmern an. Diese finden statt an einigen Freitagen vor Beginn der Berliner BITEP Gruppen und in München an den Samstagen, wenn dort ein Seminar von mir stattfindet.

Diese Sitzung dauert 100 Minuten und kann für die erforderliche Supervision der BITEP Fortbildung angerechnet werden: Vier Sitzungen entsprechen einem Supervisions-Wochenende. Die Supervision ist geeignet für die Bearbeitung von

- Arbeit mit Klienten als Therapeut und Heilpraktiker,
- für die Vertiefung der Partnerarbeit und
- dient der Vertiefung der Methoden.

Da die Arbeit in kleinen Gruppen stattfindet, ist sie sehr effektiv und durch die Methodik sehr vielschichtig.

Kosten: 40,22 € pro Sitzung (100 min)
Anmeldung online: www.angelika-winklhofer.de/samedi
begrenzte Teilnehmerzahl

Die Veranstaltung findet nur statt, wenn genügend Anmeldungen vorliegen.

Berlin & Michendorf

3.11.2017 15 Uhr, Zentrum zeit-und-raum
8.12.2017 16 und 18 Uhr, Praxis Michendorf
27.12.2017 14 Uhr, Praxis Michendorf

München Gustav Adolf Gemeinde | 19:45 Uhr

2017 29.7. | 18.11.
2018 13.1. | 2.6. | 17.11.

Termine online buchen

Mit dem extra für Ärzte entwickelten Buchungssystem Samedi® kannst Du Deinen Termin sowie Seminar in Michendorf unkompliziert online buchen. Du erhältst sogar rechtzeitig eine Terminerinnerung per E-Mail. Folge einfach der Beschreibung auf der Webseite.

Termine bequem und sicher online buchen:
www.angelika-winklhofer.de/samedi

Bücher & CDs



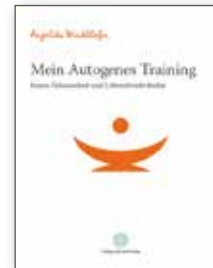
„Neun Farben der Stille – Spirituelles Enneagramm & Selbsterfahrung“

Angelika Winklhofer & Christian Meyer
Wir führen die Tradition der mündlichen Weitergabe der Erfahrungen mit dem Enneagramm fort, auch wenn wir die mündlichen Berichte aufgeschrieben haben. So gibt das Buch einen direkten Geschmack von der jeweiligen Charakterstruktur wieder.

512 S., Hardcover, ISBN 978-3-9814517-6-4
Verlag zeit-und-raum

Tabellen zu „Neun Farben der Stille“

Angelika Winklhofer
ISBN 978-39814517-7-1, Verlag zeit-und-raum



„Mein Autogenes Training, Innere Gelassenheit und Lebensfreude finden“

Dr. med. Angelika Winklhofer
Seit vielen Jahren unterrichtet die Autorin das Autogene Training. Durch ihre tiefen Erfahrungen bei Eli Jaxon-Bear mit der Hypnose und dem NLP, bekommt die körperliche und seelische Entspannung, die seit bald hundert Jahren von Ärzten in Form des Autogenen Training angewendet wird, hier eine zusätzliche Dimension.

197 S., gebundene Ausgabe, Lesebändchen
ISBN: 978-3-9814517-0-2, Verlag zeit-und-raum

Übungs-CD zum Kurs „Autogenes Training“

Dr. med. Angelika Winklhofer
2 CDs, ISBN: 978-3-9818941-0-3
Verlag zeit-und-raum

www.zeitundraum-shop.org

Die Bücher sind auch als e-book erhältlich!

Angelika Winklhofer

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

In ihrer Praxis in Michendorf bei Potsdam begleitet sie Menschen bei intensiven Prozessen, mit tiefenpsychologischer und existenzieller Psychotherapie, meist in Gruppen. Sie führt Autogenes Training, Innere Kind-Arbeit, Paarberatung, Coaching und Supervisionen durch. Es gibt eine Jahresgruppe für die Enneagramm-Arbeit. Das Enneagramm lernte sie 1992 kennen und 1999 seine transformative Kraft durch ihren Lehrer Eli Jaxon-Bear. Rein und unmittelbar gibt sie seit vielen Jahren mit liebevoller Kompromisslosigkeit dieses Wissen weiter: „Im Erkennen der Fixierung wird diese durchsichtig. Es (er-)scheint, was Du wirklich bist.“ Familien- und System-Aufstellungen nutzt sie als „Bewegung aus der Stille“ in ihrer ganzheitlichen Dimension, um das aufzulösen, was der Liebe und dem Frieden im Wege steht. Sie lebt und lehrt eine sehr geerdete, humorvolle, weibliche und freiheitliche Spiritualität.



Weitere Informationen

Praxis: www.dr-med-angelika-winklhofer.de

Seminare: www.angelika-winklhofer.de

Enneagramm: www.spirituelles-enneagramm.de

Youtube: [Angelika Winklhofer](#) und [Spirituelles Enneagramm](#)

Praxis Winklhofer: Jetzt direkt am Bahnhof Wilhelmshorst

Michendorf - OT Wilhelmshorst liegt 15 min südwestlich von Wannsee oder 15 min südlich von Potsdam. Der Regional-Bahnhof Wilhelmshorst ist mit der Bahn zweimal stündlich bequem zu erreichen. Auch aus dem Fläming.

Angelika Winklhofer

Dr.-Albert-Schweitzer-Str. 5b

Eingang Am Birkenwäldchen

14552 Michendorf - OT Wilhelmshorst

praxis.winklhofer@gmail.com

