

Wie arbeiten wir?

Um Kontakt zu unserer Mitte zu bekommen, werden wir jeweils am Anfang bewusst und achtsam gehen. Gehen als äußeres Sich-Fortbewegen unterstützt auch den inneren Aufbruch. Es erleichtert uns den Weg zu unseren inneren Ressourcen und gibt uns die Kraft, uns den eigenen Erfahrungen zu stellen.

Im Anschluss laden wir Dich ein, Dich im Schreiben auf die unzensierte, intuitive Stimme in Dir einzulassen. Wenn der Wechsel von der linken zur rechten Hirnhälfte gelingt und beide sich verbinden, dann geschieht Kontakt zum Innersten: Du öffnest Dich Deiner Kreativität, wirst zum Künstler Deines Lebens im geschützten Rahmen. Du kannst frei von Zensur Resonanz geben und bekommen.

Als Mann lässt Du Dich von Dir selbst berühren, von Deiner Stimme, die von Herzen kommt und aus diesem spricht. Was bisher schmerzhaft, ja vielleicht unaussprechlich war, wird plötzlich sagbar und leicht...

Der geschützte Rahmen des Männerkreises ist Einladung zur Öffnung für dieses sensible und Achtsamkeit erfordernde Thema.



Rainer Kaps

- Jg. 1952
- Dipl.Theologe
- Langjährige analytische Selbsterfahrung
- Ausbildung in körperorientierter Gestalttherapie (Däumling Institut, Siegburg)
- Leitung von Männerkreisen
- Ausbildung als Ehe-Familien und Lebensberater mit Abschluss Diplom
- Auseinandersetzung mit Erfahrungen als Kriegsenkel
- Grundausbildung im systemischen Familienstellen nach B. Hellinger
- Arbeit mit dem innerem Kind
- Meditationspraxis



Hans-Reiner Hühner

- Jg. 1955
- Leitung „Bonner Männerschreibtisch“
- Schreibprojekte bei M. Winkelmann, darunter „Kriegskinder und Kriegsenkel“
- Männerkreise und Sucht-Problematik
- Selbsterfahrung „Männerprojekt“ bei Zipat und Begleitung eines Projekts
- Zwiesgesprächs-Kurse für Paare
- Assistenz im Visionssucheteam A. Dorsch
- Meditationspraxis und -Kreise
- Erfahrung und Schulung in „Gewaltfreier Kommunikation“ nach M.B. Rosenberg

...manchmal geht der Krieg in mir noch weiter...

Workshop#2:

„Der Krieg und die Wirkungen auf mein heutiges Leben“



© Jerzy / pixelio.de

Selbst-Erfahrungen als Kriegs-Sohn und Kriegs-Enkel

- ein Seminar für Männer -

Manchmal geht der Krieg in uns

weiter...

wenn wir mehr und mehr ahnen, wie tief wir mit unserer Familiengeschichte verbunden sind, die mehr durch die Folgen der Weltkriege geprägt ist, als uns lieb ist...

wenn uns schmerzlich bewusst wird, dass wir auf einen wichtigen Teil unseres Lebens verzichtet haben, um das Leben unserer Eltern oder anderer wichtiger Personen leichter zu machen und ihnen zu helfen...

„Wie gehe ich mit den Wirkungen auf mein heutiges Leben um?“

Auch wenn die Kriegserfahrungen schon lange zurückliegen, ist ihre Geschichte nicht abgeschlossen. Es gibt in Deutschland wohl keine Familie, die nicht tief und nachhaltig durch die Folgen von Krieg, Flucht, Vertreibung, Bombenterror usw. geprägt worden ist. Häufig kam es zu seelischen Verletzungen, die die Eltern an die Kinder weitergaben, ohne es zu wissen oder zu wollen.

Daher sind wir mit unseren Erfahrungen nicht allein. Es gibt viele Menschen, denen es ähnlich geht. Wenn wir unseren Erfahrungen Raum geben und uns auf sie einlassen, gewinnen wir an Leib und Seele



Foto: dt. Kriegsgefangene im Lager „Goldene Meile“ am Rhein bei Remagen/Sinzig

Die Fotos stehen für die zwei Gesichter der Kriegsschrecken des zweiten Weltkriegs, der unsere Familien mit ihnen verknüpft:

Oben: als Opfer

Unten: als Täter



Foto: Wegweiser nahe Leningrad während der 900-Tage-Blockade durch die Heeresgruppe Nord (55 Km von Leningrad entfernt)

Termin I/2011:

16.04.2011

Ort:

Seniorenzentrum der Stadt Bonn
Breite Straße 107a, Bonn, P im Hof

Uhrzeit:

10.00 – 18.00 Uhr

Kosten:

65/70/75 Euro nach eigener Einschätzung

Anmeldung und Infos :

Rainer Kaps

Tel: 02222-922778

E-Mail: raikapskaps@gmx.de

Hans-Reiner Hühner

Tel: 0228-1807585 oder 0177-4156520

E-Mail: eaglefeather@email.de

Homepage: www.eagle-feather.de

Hinweis:

An diesem zweiten Workshop (nach dem ersten, der am 04.12.2010 mit 5 Männern statt fand) sind neue Männer sehr willkommen!

Weitere Termine sind in Planung!