

VERANSTALTUNGSVORSCHAU | Herbst / Winter 2021 – 2022

Stressbewältigung durch Achtsamkeit | MBSR

Schnupperabend | Bremen

Mittwoch 15. September 2021

»Selbstmitgefühl« | Mit sich selbst und anderen Freundschaft schließen

Bildungsurlaub | Kloster Neuenwalde

Donnerstag 23. – Sonntag 26. September 2021

Stressbewältigung durch Achtsamkeit | MBSR

Schnupperabend | Bremen

Mittwoch 6. Oktober 2021

»Leichter leben« | Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)

8-wöchiger MBSR-Kurs nach Jon Kabat-Zinn | Bremen

mittwochs, 27. Oktober – 15. Dezember 2021 (8 Termine) plus Achtsamkeitstag am Samstag 4. Dezember 2021

»Mitgefühl – das Herz der Übung« | Zen & Achtsamkeit

Wochenendseminar | Hotel Kloster Damme

Freitag 29. – Sonntag 31. Oktober 2021

»Stille Zeit« | Sammlung und Besinnung mit Achtsamkeitsmeditation

Retreat | Kloster Neuenwalde

Donnerstag 13. – Sonntag 16. Januar 2022

»Mitgefühl – das Herz der Übung« | Zen & Achtsamkeit

Tagesseminar | Projekt »Kirche der Stille«, Bremen

Samstag 26. Februar 2022

»Bin geborgen wie im Sturm eine Feder,
auf Wellen geweht, ertrinke ich nicht,
bin geborgen wie im Sturm eine Feder,
gegen Felsen geschleudert, breche ich nicht.«

unbekannte christliche Mystikerin

... wenn wesentliches wichtig wird

TRAUERBEGLEITUNG & SPIRITUAL CARE

Der Tod geliebter Menschen, lebenserschütternde Ereignisse, eine schwere Erkrankung ... es gibt Situationen, in denen das ganze Leben aus den Fugen gerät. Da tut es gut, einen sicheren Ort und ein einfühlsames Gegenüber zu haben, um Stabilität zu finden und dem eigenen Erleben Raum zu geben.

ENTLASTUNGSGESPRÄCHE

Kritische Situationen im beruflichen Kontext, Pflege oder Betreuung von An-/Zugehörigen, persönliche Krisen oder Umbruchszeiten ... manchmal braucht es einfach ein vertrauensvolles Gespräch unter vier Augen, in dem nicht die eigene Profession, Verantwortung für andere oder Notwendigkeit zu Funktionieren im Vordergrund stehen, sondern Sie selbst mit Ihren eigenen Wünschen, Nöten und Grenzen.

EINZELUNTERRICHT

Manchmal passen die Seminartermine einfach nicht zu den eigenen Dienstzeiten, manche Themen sind mit Einzelkontakt besser aufgehoben als in der Gruppe, persönliche Bedürfnisse brauchen zuweilen ein Angebot nach Maß, ... Es gibt viele gute Gründe sich einem Thema ganz exklusiv im eigenen Tempo zu widmen und mit einer Dozentin zu arbeiten, die Ihren individuellen Bedarf kreativ umsetzt.

LEO MORGENTAU

E. Ethnologin / Kulturwissenschaftlerin M.A. (HU Berlin)

Trauerbegleiterin (BVT) & Palliative-Care-Fachkraft (DGP)

Spiritual Care Professional (christl. & buddh.) & Freie Seelsorgerin (KSA)

Achtsamkeitslehrerin (IAS) & Zen-Lehrerin i.A. (Linda Myoki Lehrhaupt Sensei)

Langjährige Meditationspraxis, intensive Meditationsschulung seit 2006 (Tara Libre & Zen)

Dozentin seit 1993, davon 12 Jahre als Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg, hospizlich-palliative Spezialisierung 2007, Ausbildung zur MBSR-Lehrerin 2011-2013.

Prägende Berufsjahre in interdisziplinären Teams in der internationalen Friedensarbeit, einem Trauer- und Bestattungshaus und im stationären Hospiz, wo ich auch heute wieder tätig bin.



foto © nicolai wolff