



aarr **Andreas Ruch** **Astrid Rauber** **time therapie**

www.aarr.ch

andreas.ruch@aarr.ch

astrid.rauber@aarr.ch

workshop **samstag/sonntag 16./17. november 2019**

time therapie bewusstsein

werte – selbstwert

Andreas Ruch + Astrid Rauber

fr 200.-

samstag 12-15 + 16-18uhr + sonntag 10-13 + 14-16uhr

praxis aarr culmannstrasse 43 8006 zürich (sous-sol/ingang nelkenstrasse)

in aller kürze: welche werte vertrete ich? wie nutzen wir qualitäten für einen gesunden selbstwert?

all unser verhalten basiert auf werten und wertsystemen. diese sind oft subbewusst. doch unhinterfragte, uns nicht bewusste wertungen engen unser denken/fühlen/tun ein. auch wenn wir sie irgendwohin projizieren, wird damit energie/bewusstsein aufgesplittert und geht verloren.

zu stark auf schwächen zu fokussieren, bewirkt eine weitere reduzierung der eigenen energie.

jede schwäche ist die kehrseite einer qualität: minderwertigkeit steht zb in bezug zu bescheidenheit, unsicherheit zu sensibilität/offenheit, abhängigkeit oder hilflosigkeit zu hingabe, verloren sein zu weite, etc.

durch differenziertes beobachten und wert-schätzen erwecken wir ein vitales bewusstsein.

aus sicht der time therapie beinhaltet ein guter selbstwert:

- sich eigener unsicherheiten, ängste und schwächen bewusst werden
- eigene wertsysteme kennen und sie hinterfragen können
- soziale / energetische interaktionen sowie elementare gefühlsprozesse und verhaltensweisen beobachten
- die herzenergie nützen und grundsätzlich wertschätzung, qualitäten, spiritualität leben
- sich selbst reflektieren können und seiner eigener grenzen bewusst sein
- damit erweitert es sich fortlaufend

ein gesunder selbstwert ermöglicht uns, sensibles bewusstsein, unser energiefeld, die qualitäten - die wir ja immer mit uns herumtragen – wirkungsvoll und beständig nutzen und entfalten zu können.

dieser kurs möchte das ganzheitliche wahrnehmen dieser zusammenhänge fördern. dies macht die aura und die persönlichkeit empfänglich für die qualitätsenergie, für wertschätzung, verständnis und weisheit.

gemeinsames beobachten verstärkt diese bewusstseins- und heilungsprozesse. wie in allen time therapie kursen, integrieren wir hierfür beispiele, themen und anliegen der teilnehmerInnen.

es sind **keine vorkenntnisse nötig**. die grundlegenden prozesse sind selbst-verständlich.

daher stehen time therapie kurse allen offen: neu interessierten wie auch time therapie kennerInnen – "laien" wie sozial/therapeutisch tätigen.

schriftliche anmeldung per mail an aarr@aarr.ch

oder mit dem anmeldetalon per post an Astrid Rauber Andreas Ruch, praxis aarr, culmannstrasse 43, 8006 zürich

nach erfolgter anmeldung senden wir eine bestätigung mit den einzahlungsinformationen

anmeldungen sind verbindlich. bei kurzfristigen abmeldungen verrechnen wir eine bearbeitungsgebühr von fr 30.-

anmeldung zum workshop **time therapie bewusstsein werte – selbstwert**

sa/so **16./17 november 2019** Andreas Ruch Astrid Rauber praxis aarr culmannstr.43 8006 zürich fr 200.-

mit talon oder per e mail aarr@aarr.ch

name:	vorname:
adresse:	plz ort:
telefon:	e mail:
datum:	unterschrift: