

# Innere Friedensarbeit

## Kriegsfolgen anerkennen und Heilung fördern

### Seminar mit Prof. Tom Holmes und Peter Findeisen

Freitag 05.10. 16h bis Sonntag 07.10. 2012 13h



*Tom Holmes, Professor em. im Holistic Health Care Program an der Western Michigan University, ist seit 35 Jahren tätig als Psychotherapeut. Er forscht und publiziert im Bereich Spiritualität, Psychotherapie und Heilen und praktiziert seit vielen Jahren Meditation, besonders aus dem Buddhismus und dem universellen Sufismus.  
Tom Holmes spricht deutsch.  
Veröffentlichung: „Reisen in die Innenwelt- Der Selbsterfahrungs-Guide in Bildern“ Kösel Verlag 2010*



*Peter Findeisen, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Facharzt für Psychiatrie und Neurologie; Chefarzt der CADUCEUS Klinik, arbeitet seit 35 Jahren als ärztlicher Psychotherapeut und Körperpsychotherapeut. Er leitet seit vielen Jahren Meditationsgruppen und begleitet Menschen in Einzel-Retreats.*

Neben offensichtlichen Folgen wie traumatischer Belastungen und Verletzungen gilt es weniger bewusste Auswirkungen, auch in der zweiten und dritten Generation anzuerkennen und den Weg für Entwicklungsschritte zu öffnen. In einem solchen Prozess kommt es auf einen achtsamen Umgang mit Angst und Schuldgefühlen, Scham, Trauer, Empörung und Liebe und Wünsche nach Abgrenzung und Versöhnung an.

Wie die gegenwärtigen Kriege in der Welt sich in uns widerspiegeln und wozu sie und Auswirkungen des Neides uns herausfordern – diese Auseinandersetzungen wollen wir uns bewusst zumuten, um ebenfalls die „guten Kräfte“ in uns zu stärken.

*„Wenn wir eine friedvollere und freudvollere Welt wollen, dann müssen wir vor allem an unsere inneren Werte denken, weil sie ausschlaggebend sind für eine solche Entwicklung... Deswegen meine ich, dass Zuneigung und ein gutes Herz die wichtigsten Werte sind, die wir Menschen entwickeln und in uns tragen können“  
Dalai Lama*

Im Workshop sollen insbesondere eine Innere Systemische Arbeit nach Richard Schwarz, der Gruppenprozess, körpertherapeutische Elemente und Rituale im Umgang mit dem Thema genutzt werden.

Angewandte Meditation mit Übungen aus verschiedenen Überlieferungen einschließlich meditativer Gesänge und Friedenstänze kann ergänzend dazu beitragen, Herzqualitäten zu vertiefen wie liebevolle Freundlichkeit oder Güte, Mitgefühl, Freude und Gelassenheit, die uns helfen, im Inneren und im Außen Frieden zu finden.

Dieses Seminar ist für im sozialen Bereich Tätige als auch für Interessierte offen.

**Ort + Veranstalter** Caduceus Zentrum, Niendorfer Weg 5, Bad Bevensen [www.caduceus.de](http://www.caduceus.de)  
Tel. 05821 477129; Fax 05821 477130; Email: [zentrum@caduceus.de](mailto:zentrum@caduceus.de)  
**Kosten** EUR 220 (für Studierende, Arbeitslose und Rentner EUR 180  
Frühbuchrabatt bis 15.08.2012 EUR 180)

**Anmeldung** Es gibt eine Teilnehmerbegrenzung. Bitten melden Sie sich schriftlich an. Sie erhalten dann von uns eine Anmeldebestätigung. Akkreditierung wird beantragt. (2011: 28 Punkte)

#### Wegbeschreibung

Bad Bevensen ist Bahnstation an der Strecke Hamburg-Hannover. Mit dem Auto erreichen Sie uns über die Bundesstraße B 4 aus Richtung Süden oder Norden, Uelzen oder Lüneburg. In Bad Bevensen fahren Sie in die Römstedter Straße Richtung Himbergen/Görde. Hinter dem Elbe-Seiten-Kanal fahren Sie die erste Straße links in den Niendorfer Weg.