

Frühlingsseminar am Lago Maggiore

Brissago, April 2015



Grenzen setzen? Mit Grenzen spielen! Wie durch Flow-Navigation elegant Grenzen gesetzt oder aufgehoben werden

Grenzen sind nicht nur Einschränkungen sondern auch Ressourcen. Der Horizont ist die Grenze unseres Blickfeldes und die Herausforderung für den Abenteurer in uns, den es jenseits aller Grenzen zieht. Ohne Grenzen gibt es weder Raum noch Zeit, denn beide sind beschränkt und setzen Grenzen. Weil wir uns von Grenze zu Grenze bewegen, können wir wachsen, Kontakte knüpfen und Werke schaffen. Erst die Abgrenzung von Andern macht uns zu Individuen.

Die Welt besteht aus Kleinigkeiten, und diese setzen unserem Wunsch zur Selbstverwirklichung Grenzen. Also lehnen wir Grenzen oft leichtfertig ab. Die eigene Freiheit aber hört dort auf, wo die Freiheit des Andern beginnt. Das heisst, es gibt eindeutig eine Notwendigkeit, sich und den Andern Grenzen zu setzen. Doch wie mache ich das, ohne mich selber eingeengt zu fühlen und ohne dass der Andere den Eindruck bekommt, ich arbeite gegen ihn?

In der Flow-Perspektive geht es einerseits darum, Grenzen nicht in harter Weise zu setzen, sondern das Spiel mit den Grenzen zu erlernen. Das zentrale Instrument für dieses große Spiel des Lebens ist die Navigation. Navigieren bedeutet, die Energie, die uns entgegenkommt - sei sie noch so hart oder widerstrebend - zu modulieren damit sie sich in Leichtigkeit, Sanfttheit und Schwung verwandelt. Andererseits geht es darum, gerade dank der Grenzen über sich hinauszuwachsen und sich auszuweiten. Erst die Einschränkung macht es notwendig, dass wir kreativ und schöpferisch werden, dass wir Neues entdecken und Überraschungen erleben. Dann wandelt sich die Freiheit von blosser Beliebigkeit hin zu intensiver Lebensdynamik.

Sie lernen, Grenzen nicht hart zu setzen, sondern spielerisch schmackhaft zu machen. Sie entdecken auch, wie es geht, Grenzen - die Ihnen aufgedrängt werden - zurückzuweisen ohne dass Krieg und Streit entsteht. Sie lassen die Andern Erfahrungen machen mit ungünstiger Grenzenlosigkeit und wecken so die Lust auf verlässliche Führung und Gehalten-Sein.

Im Seminar erfahren Sie, wie stark uns Grenzen machen können, wenn wir sie als Plattformen für Entwicklung und Transformation sehen.

Seminarkosten: 1'120.- / nur Samstag bis Dienstag 740.-

Seminarleiter: DrDr. Johannes Gasser, Doktor der Philosophie und der klinischen Psychologie, Privatdozent em., Begründer der Flow-Pädagogik, Coach und Ausbildner

Datum: Sa 18.4. 15:00h bis Sa 25.4. 12:00h (42h Seminar)
Auch Sa bis Di möglich

Unterbringung: Im Haus oder im Zentrum von Brissago



Kosten: **Übernachtung und Verpflegung:**
- Im Haus: EZ 370 - 480 CHF / DZ 360 - 410 CHF
- Ausserhalb: Nach Absprache



Seminar:
- Seminarwoche 1'120 CHF
- Nur Sa bis Di 740 CHF

Anreise: Individuell - Bushaltestelle vor dem Haus

Tel: +41 (0)52 770 29 29
kontakt@flow-akademie.ch
www.flow-akademie.ch

