

KörperKunstTherapie

Johannes Knoblauch



Die Kraft des Trauerns

Ein Seminar für einen lebensbejahenden Umgang
mit Trauer, Verlust und Schmerz.

19. bis 21. Januar 2024 in Solothurn

«Trauer muss sich zuerst entfalten, damit sie vergehen kann.» Julia Samuel

Trauern braucht Raum und Zeit. Der Verlust von einem geliebten Menschen oder von verloren gegangenen Träumen kann sehr tief gehen. So tief, dass der Schmerz oft die Worte raubt, uns sprachlos zurücklässt und das Herz zu zerreißen droht. In dieser Ohnmacht entwickeln wir Menschen zahlreiche Mechanismen, um der Trauer und dem Schmerz aus dem Weg zu gehen. Doch Trauer kann nur vergehen, wenn sie sich zuerst entfalten kann. Geben wir der Trauer Raum, geben wir auch dem Leben Raum. Denn Trauer ist ein Teil des Lebens. So kann uns Trauer zum Leben hin erweitern.

In diesem Seminar geben wir der Trauer Raum und lernen, wie kreativer Ausdruck, Körperwahrnehmung, Bewegung und ein umsichtiger Umgang mit sich selbst den Trauerprozess unterstützen können.

Wann: Freitag, 19. Januar (18 Uhr) bis Sonntag, 21. Januar (ca. 13 Uhr)

Wo: Dammstrasse 21, 4500 Solothurn

Für: Alle, welche sich dem Thema Trauer vertieft widmen möchten.

Es können max. 8 Personen am Seminar teilnehmen.

Preis: CHF 380.-

Infos und Anmeldung (bis am 12. Januar) bei Johannes Knoblauch:



KörperKunstTherapie | Johannes Knoblauch
+41 79 123 60 17 | info@koerperkunsttherapie.com
www.koerperkunsttherapie.com



Johannes Knoblauch begleitet seit vielen Jahren Menschen nach Verlusterfahrungen und weiss aus eigener Erfahrung was es bedeutet zu Trauern. Als Seelsorger und evang.-ref. Theologe VDM und mit seiner Ausbildung an der Europäischen Schule für Biodynamische Psychologie und Körperpsychotherapie kann er auf einen reichen Schatz an Wissen und Erfahrung rund um die Themen Trauer, Verlust und Schmerz zurückgreifen.

NVS Naturheilkunde
und Komplementärtherapie
Naturärzte Vereinigung Schweiz

