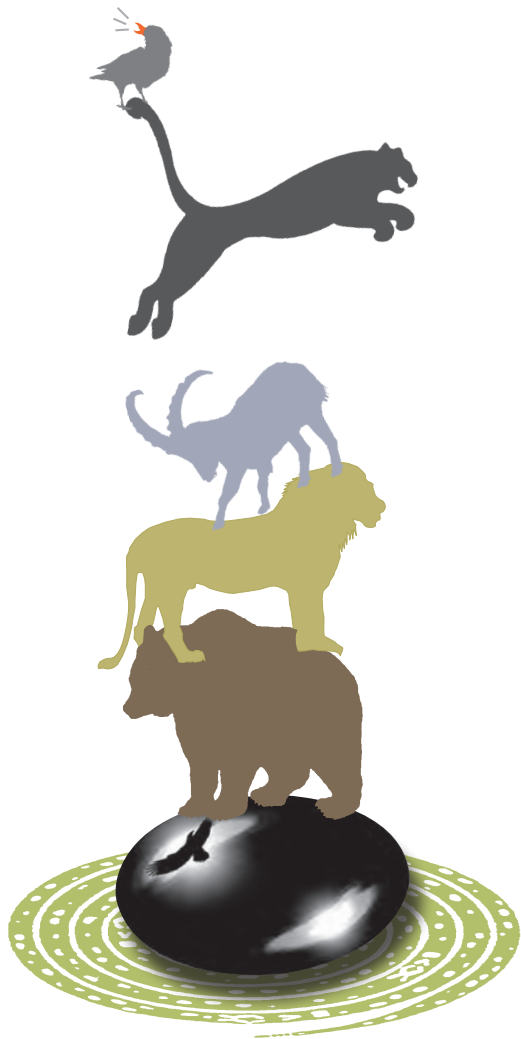




Praxis Onyx

2024

Beratung
Therapeutische Begleitung
Intensive Workshops





Monika Flückiger

Dipl. Sozialarbeiterin HFS mit Zusatzausbildung in Transaktionsanalyse • Dipl. Astrologin API • Acht Jahre Arbeit in einer Drogenberatungsstelle • Zehn Jahre Leitung von erlebnispädagogischen Langzeitprojekten auf einem Segelschiff und in der Wildnis Kanadas • Buchautorin • Seit 1995 eigene Praxis im Bereich therapeutische Begleitung und intensive Seminare. Weiterbildung im Zentrum für schamanisches Wissen, Quetzalcoatli •

Zertifikat in Transpersonaler Psychologie und Holotroper Atemtherapie bei Dr. Stanislav Grof • Zertifikat in Familien- und Strukturaufstellungen an der Fachhochschule für Soziale Arbeit Basel • Diplom in Somatic Experiencing, SE-Trauma-Arbeit bei Dr. Peter Levine • Narm Practitioner • Arbeit mit frühen Bindungsstörungen und Entwicklungstrauma nach Dr. Laurence Heller.



Buch: *Die Wildnis in mir*

Mit Drogenabhängigen in den Wäldern Kanadas. Ein spannender Einblick in die intensiven Prozesse einer Therapiegruppe, geschrieben in einer Sprache, die nicht mehr loslässt.

Das Buch ist leider vergriffen.

Es ist in einzelnen Bibliotheken ausleihbar

Seminare und therapeutische Begleitung

Das neue Seminar mit Stephan Schüepp und Emanuel Dettwiler «Das bin ich auch» war wundervoll und voller Wunder. Ob es eine weitere Folge zu einem späteren Zeitpunkt gibt, wird sich zeigen.

Die Konzentration meiner Kräfte auf ein schlankeres Programm der Praxis Onyx hat sich bewährt. Stephan Dubach ist kurz vor der Pensionierung und benötigt viel Energie für einen guten Endspurt.

Im nächsten Jahr bieten wir die bewährten klassischen Seminare an. Daneben werden wir uns Zeit nehmen, um zu entscheiden, ob wir neue Seminare entwickeln wollen.

Das Holotrope Atmen werde ich im nächsten Jahr an zwei Atemtagen anbieten. Die Atemtage sind vor allem für Teilnehmende geeignet, die diese Methode bereits kennen.

Die Schwitzhütte haben wir wieder im Zeitraum der Sommersonnenwende geplant.

Die Visionssuche liegt uns nach wie vor sehr am Herzen. Einfach, kräftig und herausfordernd verbindet sie schnell mit der Wildnis in der Natur und in uns.

Einzelbegleitung

In vielen Lebenssituationen hilft eine Beratung oder eine therapeutische Begleitung weiter. Ich biete die Einzelbegleitung jetzt vor allem punktuell für Menschen an, die bereits in irgendeiner Form bei mir waren. Ich arbeite mit verschiedenen Methoden. Dadurch sind unterschiedliche Zugänge zu den Themen und inneren Ressourcen möglich

Kosten: Stundenansatz Fr. 120.–. Ich kann nicht über Krankenkasse abrechnen.

Heilung durch veränderte Bewusstseinszustände

In allen Kulturen nutzen Menschen auf der Suche nach Heilung die inspirierenden Kräfte veränderter Bewusstseinszustände. Durch eine schnelle und tiefe Atmung, unterstützt mit intensiver Musik, erweitert sich das Bewusstsein. Dies ermöglicht den Zugang zu verborgenen Schichten der Persönlichkeit und zu inneren Heilkräften. Lebensmuster, die im täglichen Leben einschränkend wirken, können sich wandeln und heilen. Ebenso sind spirituelle und transpersonale Erfahrungen möglich. Der Prozess wird mit gezielter Körperarbeit unterstützt. Ein Mandala malen und Gespräche helfen die Erfahrungen zu integrieren.

Anforderungen

Eine normale körperliche und psychische Belastbarkeit. Nicht geeignet bei Schwangerschaft, nach Operationen, bei Herz- und Kreislaufproblemen, Epilepsie, Asthma, Bluthochdruck, Aneurysma, Glaukom und bei psychiatrischen Krankengeschichten.

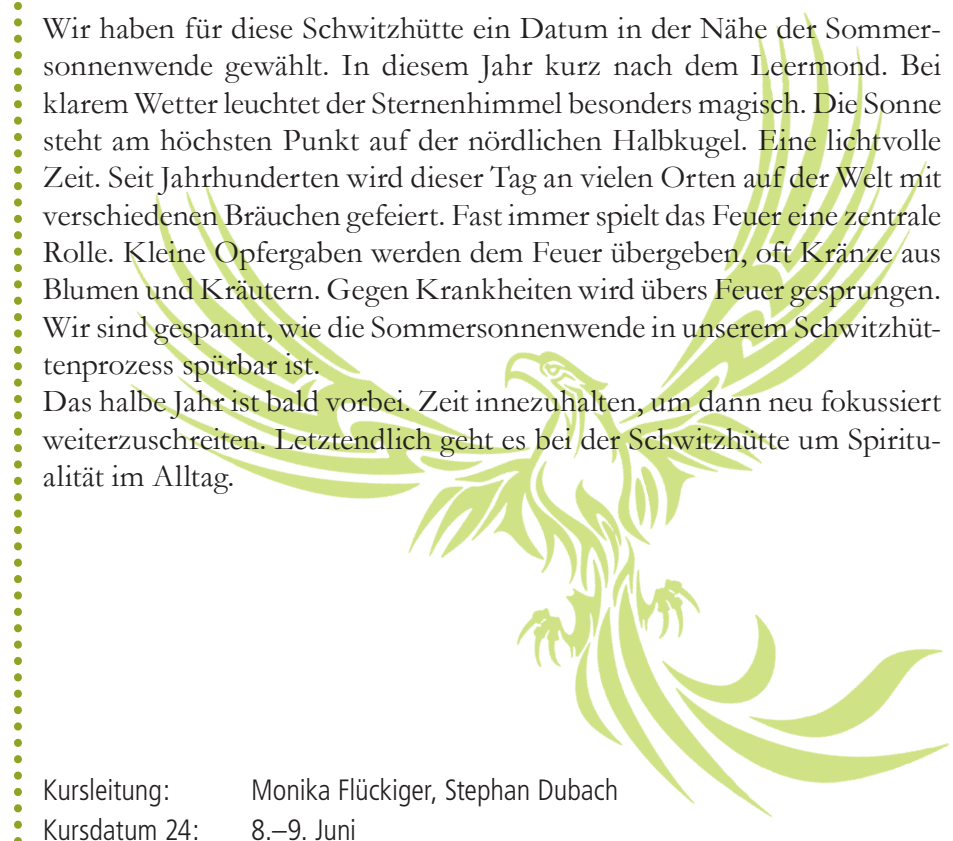
Bei Unsicherheit bitte nachfragen.

Kursleitung:	Monika Flückiger
Kursdaten 24:	20. April (Atemtag) / 19. Oktober (Atemtag)
Kurskosten:	je Fr. 200.–
Kursort:	Talbrünnliweg 21, 3098 Köniz
Literatur:	Stanislav Grof & Christina Grof: Holotropes Atmen. Nachtschattenverlag.

Spiritualität im Alltag

Wir haben für diese Schwitzhütte ein Datum in der Nähe der Sommersonnenwende gewählt. In diesem Jahr kurz nach dem Leermond. Bei klarem Wetter leuchtet der Sternenhimmel besonders magisch. Die Sonne steht am höchsten Punkt auf der nördlichen Halbkugel. Eine lichtvolle Zeit. Seit Jahrhunderten wird dieser Tag an vielen Orten auf der Welt mit verschiedenen Bräuchen gefeiert. Fast immer spielt das Feuer eine zentrale Rolle. Kleine Opfergaben werden dem Feuer übergeben, oft Kränze aus Blumen und Kräutern. Gegen Krankheiten wird übers Feuer gesprungen. Wir sind gespannt, wie die Sommersonnenwende in unserem Schwitzhüttenprozess spürbar ist.

Das halbe Jahr ist bald vorbei. Zeit innezuhalten, um dann neu fokussiert weiterzuschreiten. Letztendlich geht es bei der Schwitzhütte um Spiritualität im Alltag.

- 
- Kursleitung: Monika Flückiger, Stephan Dubach
 - Kursdatum 24: 8.–9. Juni
 - Kosten: Fr. 350.– Kurskosten, Fr. 90.– Kost und Logis
 - Kursort: Alp oberhalb Rüscheegg

Ein Weg zur Zentrierung auf das Wesentliche

Die Visionssuche ist ein kraftvolles Heilritual und eine spannende Herausforderung. Der Rückzug aus dem Alltag in die Stille der Natur bringt Klarheit. Ziele und Energien können neu ausgerichtet werden. Eine moderne Visionssuche kann in jeder Lebensphase viel in Bewegung bringen. Sie beschleunigt therapeutische und spirituelle Prozesse. Beispiele: • Lebensabschnitte klar abschliessen und bewusst neu beginnen • Eine Krise hinter sich lassen und neue Perspektiven entwickeln • Stress, Burnout oder Boreout analysieren und neue Strategien entwickeln • Die beruflichen Ziele sind erreicht, die Kinder sind ausgeflogen und plötzlich entstehen neue Sinnfragen und Möglichkeiten.

Für Teilnehmende, die bereits an einer Visionssuche teilgenommen haben, ist ein verändertes Setting möglich.

Die Visionssuche wird an einem Vorbereitungsabend ausführlich besprochen. Daneben braucht es etwas Zeit für individuelle Vorbereitungen.

Kursleitung: Monika Flückiger, Stephan Dubach

Kursdaten 24: 29. Juni–5. Juli Visionssuche;

Vorbereitungsabend: 14. Juni, 18.30 Uhr

Kosten: Fr. 880.– Kurskosten, Fr. 300.– Essen, einfache Unterkunft, Material

Kursort: Basis ist eine Alp im Gurnigelgebiet.

Literatur: S. Koch-Weser & G. v. Lüpke, Vision Quest. Allein in der Wildnis auf dem Weg zu sich selbst. Ariston Verlag München 2000.

Schamanische Hilfe auf dem Weg zur Ganzheit

Traumatische Erlebnisse können dazu führen, dass Seelenanteile verloren gehen. In vielen Fällen kehren diese nicht von allein in den Körper zurück. Seelenverlust ist eine Anpassungsstrategie, um seelische Verletzungen und traumatische Erlebnisse zu überleben.

Mit Hilfe der Trommel und schamanischen Trancetechniken begeben sich auf eine innere Reise, um die Seelenanteile zu suchen, mit ihnen zu verhandeln und sie in den Körper zurück zu begleiten. Die Wirksamkeit dieser Methode ist seit Jahrhunderten erforscht.

Es ist für mich eine Herzensangelegenheit, mich in diese schamanische Tradition zu stellen.

Die alte Praxis der Seelenrückführung und die moderne Therapie können sich wunderbar ergänzen. Eine gute Zusammenarbeit beschleunigt den persönlichen Prozess.

Einzelsitzung mit Stephan Dubach.

Termine: direkt mit ihm vereinbaren.

Mobile: 079 212 26 09

Kosten: Fr. 350.–

Ort: Praxis Onyx, Talbrünnliweg 21, 3098 Köniz





Stephan Dubach

Dipl. Architekt FH und Biologe • Ritualausbildung im Zentrum für Schamanisches Wissen • Visionssuche- und Schwitzhüttenleiter • Ausbildung zum Feuerläufer. Mehrere Jahre Leitung von erlebnispädagogischen Projekten • Seit vielen Jahren Koeitung in prozessorientierten Workshops mit Monika Flückiger • Verheiratet, Vater von zwei Söhnen • Mail: s.dubach@stiftung-passaggio.ch • Tel: 079 212 26 09



Stephan Schüupp

Sozialarbeiter • Supervisor (Supervision als Kunst) • Organisationsberater • Weiterbildung in ressourcenorientierter Persönlichkeitsentwicklung (Trigon Institution Graz) • Zertifikat Lebenserzählungen und Lebensgeschichten (Universität Freiburg) • Ehemann von Monika Flückiger Mail: st.schuepp@bluewin.ch • Tel: 079 301 05 44, 031 381 03 77



Emanuel Dettwiler

Lehrer u. a. Bildnerisches Gestalten • CAS Innovatives Lehren und Lernen an der PH-Bern • Weiterbildungen in grafischer Gestaltung, Zeichnen und Malerei • Verheiratet, Vater einer Tochter • Mail: emuldett@gmail.com • Tel: 079 798 69 36

Die Raupe empfindet nichts, wenn sie zu einem Schmetterling wird.

Denn ein Schmetterling ist keine Raupe.

Du fragst als Raupe, wie es ist ein Schmetterling zu sein.

Das kannst du nicht wissen.

Dazu musst du erst ein Schmetterling werden.



Anreise

Ab Bahnhof Bern: mit Bus Nr. 10 Richtung «Köniz Schliern» bis Station «Brühlplatz»

Zu Fuss entlang der Wabersackerstrasse, dann Feldrainstrasse zum Talbrünnliweg (ungefähr 10 Minuten Fussweg).

Oder: Ab Bahnhof Bern mit S-Bahn «S6» Richtung Schwarzenburg bis Station «Köniz»

Zu Fuss entlang dem Sonnenweg, dann wie oben.



Autobahn Bern–Fribourg, Ausfahrt Köniz/Bümpliz. Richtung Köniz, nach dem Wald beim 1. Kreisel rechts, bei der nächsten Ampel links, über Bahnlinie, Beim 2. Kreisel rechts,

beim 3. Kreisel links in die Bündlerackerstrasse bis zur Wabersackerstrasse, dann rechts. Links in den Talbrünnliweg.



Praxis Onyx

Monika Flückiger
Talbrünnliweg 21
3098 Köniz

031 381 03 77
info@praxis-onyx.ch
www.praxis-onyx.ch

Mein Lichtblick

Spirituell-systemische
Aufstellungsarbeit



Massgeschneiderte Touren
in der Kanadischen Wildnis

 MADELEINE EGLOFF
MEDIALE SEELENBILDER

Mediale Seelenbilder



digidrum:
Instrumente mit Seele