



# Praxis Onyx

2017

Beratung  
Therapeutische Begleitung  
Intensive Workshops

# Jahresüberblick 2017



- Januar** Holotropes Atmen/Seite 3
- Februar** Aufstellungstag/Seite 4
- April** Globaler Atemtag/Seite 3  
Die Kraft des Vaters/Seite 5
- Juni** Aufstellungstag/Seite 4
- Juli** Visionswanderung /Seite 6
- Aug./Sept.** Sommerworkshop/Seite 7
- September** Holotropes Atmen /Seite 3
- Oktober** Aufstellungstag/Seite 4
- Dezember** Schwitzhütte/Seite 8 **neues Datum!**

Nach Vereinbarung: Seelenrückführung/Seite 10

Vorankündigung 2018

- Frühling** Die Kraft der Mutter/Seite 5
- Sommer** Visionssuche/Seite 6
- Sommer** Sommerworkshop Italien/Seite 7



# Praxis Onyx



## 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 Beratung, therapeutische Begleitung und intensive Workshops. Weiterbildung im Zentrum für schamanisches Wissen.

Zertifikat in Transpersonaler Psychologie und Holotroper Atemtherapie bei Dr. Stanislav Grof. Zertifikat in Familien- und Strukturaufstellungen an der Fachhochschule für Soziale Arbeit beider Basel. Diplom in Somatic Experiencing, SE-Trauma-Arbeit bei Dr. Peter Levine.

Narm Practitioner. Arbeit mit frühen Bindungsstörungen und Entwicklungstrauma nach Dr. Laurence Heller.



## 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.

246 Seiten, 60 Fotos / Abbildungen.

ISBN 3-934 214-28-2



Praxis Onyx

Monika Flückiger  
Talbrünnliweg 21  
3098 Köniz

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

## Therapeutische Begleitung

Im neuen Programm gibt es ein paar spannende Änderungen. Der Sommerworkshop in Italien war voller Wunder und hat uns neue Möglichkeiten eröffnet. Wir werden im Jahr 2018 wieder in Italien einen Workshop machen. Inspiriert von den Erfahrungen dieses Sommers bieten Sachia Kilchenmann und ich einen Sommerworkshop im Tessin an. Es geht um die Heilung des Herzens, um frei zu werden für die Liebe. Wir haben dazu ein kleines Paradies im Maggiatal gefunden. Stephan Dubach gönnt sich im Sommer eine längere Auszeit. Die Visionssuche hat wie er eine Pause und wird im Jahr 2018 wieder durchgeführt. In diesem Jahr biete ich mit meinem Mann, Stephan Schüepp, eine Visionswanderung im Jura an. Wir werden uns mit der Natur in uns und um uns verbinden und uns dem Glücklichen zuwenden. Der Globale Atemtag wird wieder stattfinden. Dieses spezielle Setting hat mich auf die Idee gebracht, einen Weihnachts-Atemtag anzubieten, an dem wir Verbindung aufnehmen mit der weltweit gefeierten Christusenergie.



Die innere Arbeit entspricht oft einer spannenden Reise. In vielen Lebenssituationen hilft eine Beratung oder eine therapeutische Begleitung weiter. Nach einem Erstgespräch wird klar, ob die Praxis Onyx der richtige Ort ist. Ich arbeite mit verschiedenen Methoden. Dadurch sind unterschiedliche Zugänge zu den Themen und inneren Ressourcen möglich. Die Arbeiten mit Schocktrauma nach Peter Levine und mit frühen Bindungsstörungen nach Laurence Heller nehmen in meiner Praxis eine wichtige Rolle ein.

*Kosten*  
Stundenansatz Fr. 120.–

# Holotropes Atmen nach Grof

## Heilung durch veränderte Bewusstseinszustände

In allen Kulturen nutzten 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 Zugang zu verborgenen Schichten der Persönlichkeit und zu inneren Heilkräften. Es wird Kontakt möglich mit Lebensmustern, welche im täglichen Leben einschränkend wirken, und die es zu wandeln und zu heilen gilt. Energieblockaden können aufgelöst werden.



Ebenso sind spirituelle, transpersonale oder energetische Erfahrungen möglich. Der Prozess wird mit gezielter Körperarbeit unterstützt. 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, Glaukom und bei psychiatrischen Krankengeschichten.

Bei Unsicherheit bitte nachfragen.

Zusätzlich zum Globalen Atemtag biete ich einen Weihnachts-Atemtag an. Wir verbinden uns dabei mit der weltweit gefeierten Christusenergie. Für erfahrene Teilnehmende.

#### Kursleitung

Monika Flückiger

#### Kursdaten 2017

21.–22. Januar

8. April: Globaler Atemtag

16.–17. September

24.–25. Dezember: Weihnachts-Atemtag

#### Kurskosten

Fr. 330.–

Fr. 180.–

Fr. 330.–

Fr. 200.–

#### Kursort

Talbrünnliweg 21

3098 Köniz

#### Literatur

Stanislav Grof, Das Abenteuer der Selbstentdeckung. Heilung durch veränderte Bewusstseinszustände. Rororo.

Einzelsitzungen nach Vereinbarung Fr. 380.–

# Familien- und Strukturaufstellungen

## Arbeit mit systemischen Verstrickungen

Die Arbeit mit Familien- und Strukturaufstellungen ist in meiner Arbeit zu einer wertvollen Ergänzung geworden. Sie eignet sich bei vielen Anliegen und Schwierigkeiten, die eine systemische Verstrickung vermuten lassen.

- Wenn ein therapeutischer Prozess stockt, kann eine systemische Intervention weiterhelfen.
- Beziehungsprobleme. Oft können blockierende Verstrickungen gelöst werden.
- Trennung. Manchmal ist für eine Beziehung eine würdevolle Trennung die beste Lösung. Eine Aufstellung kann Klarheit schaffen und ein gutes Weiterleben ermöglichen.
- Probleme mit einem Kind. Vielleicht übernimmt es unbewusst mehr Verantwortung, als ihm zusteht.
- Probleme mit alten Eltern. Verstrickungen erschweren anstehende Entscheidungen oder stehen vor einer erlösenden Versöhnung.
- Symptome. Eine Aufstellung kann Dynamiken sichtbar machen, die sich hinter Symptomen verbergen.



An den Aufstellungstagen sind neben der persönlichen Arbeit die Aufstellungen der andern Teilnehmenden eine zusätzliche Bereicherung.

*Kursleitung*  
Monika Flückiger

*Kursdaten 2017* }  
25. Februar, 24. Juni,  
21. Oktober  
jeweils von 10 bis 18 Uhr

*Kurskosten*  
Aufstellungsarbeit  
inklusive Vorgespräch  
Fr. 200.–

*Kursort*  
Talbrünnliweg 21  
3098 Köniz

*Literatur*  
Thomas Schäfer,  
Was die Seele krank macht  
und was sie heilt.  
Knauer Taschenbuch, 1998.

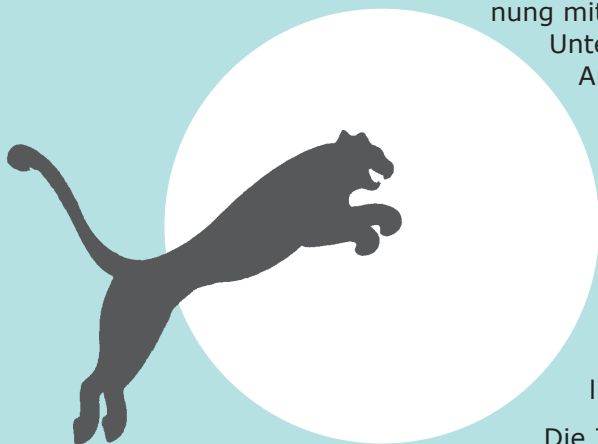
# Die Kraft des Vaters

## Intensive Suche nach der guten Kraft des Vaters

Die Kraft verbirgt sich im Schatten und im Licht. Wir arbeiten mit verschiedenen Methoden wie geführte Trancereisen, Holotropes Atmen, Malen, Aufstellungsarbeit und Gespräche.

- Die Auseinandersetzung und Versöhnung mit dem Vater gibt die nötige Unterstützung, sich mutig den Anforderungen des Lebens zu stellen.
- Die persönliche Präsenz in der Welt, im Beruf und in den Beziehungen wird erhöht.
- Bei schwierigen Erfahrungen mit dem Vater sind erste Lösungsschritte möglich.

Die Integration der guten Kraft des Vaters öffnet den Weg zu klarem und kraftvollem Handeln. In der Folge kann sich die geistige und spirituelle Kraft entfalten.



*Kursleitung*  
Monika Flückiger  
Stephan Dubach

*Kursdatum 2017*  
28.–30. April  
(am 28. April ab 14 Uhr)

*Kurskosten*  
Fr. 400.–

*Kursort*  
Talbrünnliweg 21  
3098 Köniz

## Die Kraft der Mutter

Die Integration der guten Kraft der Mutter bedeutet das Einverständnis zum Leben auf der Erde und öffnet den Weg zu kreativen und erfüllten Leben. Das Seminar wird im Frühjahr 2018 stattfinden.



# Visionswanderung im Jura

## Schritt für Schritt dem Glück näher kommen

Während 5 Tagen werden wir gemeinsam zu Fuss unterwegs sein, in einfachen Unterkünften mit Halbpension übernachten, schweigen, reden, trommeln, rasseln und uns in täglichen Ritualen mit der äusseren und inneren Natur verbinden. Wir werden versuchen, die eigenen Schätze zu erkennen, die uns helfen können, den inneren Weg zum Glück zu finden. Wenn nötig werden wir alten Ballast abwerfen, um leichter unterwegs zu sein. Die Natur und die Elemente werden uns dabei unterstützen.

Die Visionswanderung eignet sich:

- um zur Ruhe zu kommen. Aus dieser Ruhe heraus gewinnen wir Klarheit über den weiteren Weg;
- um Glück und Glücksmomente zu erkennen, sie im Alltag einzubauen und so unserer Vision Kraft zu verleihen;
- um einen Lebenszyklus zu verabschieden und sich dem neuen Lebensabschnitt bewusst zuzuwenden.
- um einfach gemeinsam mit andern Wanderern unterwegs zu sein.

Wir arbeiten mit prozessorientierten, schamanischen und therapeutischen Methoden. Täglich sind wir etwa 4–5 Stunden zu Fuss unterwegs und tragen unseren 4–6 kg schweren persönlichen Rucksack. An einem Vorbereitungstreffen werden wir die Visionswanderung ausführlich besprechen.



### *Kursleitung*

Monika Flückiger  
Stephan Schüepp

### *Kosten*

Kurskosten Fr. 650.–  
Kost & Logis ca. Fr. 500.–

### *Kursdaten 2017*

10.–14. Juli  
Vorbereitungsabend  
16. Juni um 19 Uhr.

## Visionsuche

Die Visionsuche mit Stephan Dubach und Monika Flückiger wird im Juli 2018 wieder durchgeführt.



# Die Kraft des freien Herzens

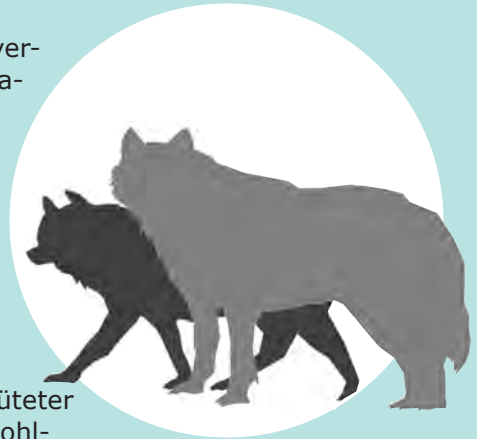
## Frei werden für die Liebe

Im Mittelpunkt des Workshops steht die Entfaltung deiner schamanischen Medizinkraft, um alte Verletzungen des Herzens zu heilen und das Herz zu öffnen. Ein wichtiges Thema wird sein, wie du dein Herz gut schützen kannst. Dabei wird die Farbe Rot eine wichtige Rolle spielen. Mit der intensiven Farbe Rot verbinden wir viele Aspekte im Leben: Blut, Feuer, Tatkraft, Stoppsignal, Rose, Liebe usw. Mit einem ganzen Herzen, verbunden mit der Verantwortung für seinen Schutz, wird es einfacher in Beziehung zu treten und zu sein, sei es mit dir oder mit anderen Wesen.

Wir arbeiten mit Trance Atmen und verschiedenen schamanischen und therapeutischen Methoden und Ritualen.

Unser Koch Heinz trägt mit seiner Herzlichkeit und dem liebevoll zubereiteten Essen einen wesentlichen Teil zum Wohlbefinden in dieser Woche bei.

Der Workshop findet im Casa Civetta im Maggiatal im Tessin statt. Es ist ein zauberhafter, liebevoll behüteter Kraftort, umgeben von einer wohl-tuenden Pflanzenwelt. In der Nähe ist die Maggia, ein wunderschöner Fluss mit einladenden Badebecken.



### *Kursleitung*

Monika Flückiger  
Sachia Barbara Kilchenmann

### *Kursdaten 2017*

27. August – 2. September

### *Kosten*

Kurskosten: Fr. 970.-  
Kost & Logis: Doppelzimmer Fr. 650.-,  
Einzelzimmer Fr. 710.-

### *Kursort*

Casa Civetta, Avegno, Tessin.

## Die Schamanenkraft in mir

Das Sommerseminar mit  
Stephan Dubach und  
Monika Flückiger wird  
im August 2018 wieder im Casa  
Felicina in Italien stattfinden.

# Schwitzhütte zum Jahreswechsel

## Spiritualität im Alltag

Wir wachsen an den schönen und an den schwierigen Erfahrungen. In einem Rückblick machen wir uns auf die Suche nach dem schönsten Ereignis und der grössten Herausforderung des Jahres. Mit Hilfe von schamanischen Methoden arbeiten wir an den Essenzen dieser Erlebnisse. Am grossen Feuer und im Ritual der Schwitzhütte wandeln wir die Erfahrungen zur guten Kraft und lassen das Schwere zurück. In einem weiteren Schritt schauen wir, wie der entstandene innere Frieden im Alltag integriert werden kann. Letztendlich geht es um Friedensarbeit und Spiritualität im Alltag.



Die Schwitzhütte findet auf einer Alp oberhalb Rüscheegg im tiefsten Winter statt. Die archaischen Elemente Feuer und Eis verdichten die Erfahrung zu einem traumhaften Erlebnis. Mit etwas Glück können wir mit den Schneeschuhen durch verschneite Wälder und Wiesen auf die Alp wandern.

*Kursleitung*  
Monika Flückiger  
Stephan Dubach

*Kursdatum* **neu!**  
20.–21. Januar 2018

*Kosten*  
Fr. 350.– Kurskosten  
Fr. 80.– Kost und Logis

*Kursort*  
Alp oberhalb Rüscheegg

# Seelenrückführung

## 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 mich 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.



*Einzelsetzung*  
mit Stephan Dubach

Termine direkt  
mit Stephan Dubach  
vereinbaren:  
079 212 26 09

*Kosten*  
Fr. 350.–

*Ort*  
Praxis Onyx  
Talbrünnliweg 21  
3098 Köniz

## Externe Kursleitende



### **Stephan Dubach**

Dipl. Architekt HTL und Biologe. Ritualausbildung im Zentrum für Schamanisches Wissen. Visionsuche- und Schwitzhüttenleiter.

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](mailto:S.Dubach@stiftung-passaggio.ch)

Tel: 079 212 26 09



### **Stephan Schüepp**

Sozialarbeiter FH, Supervisor und Organisationsberater BSO.

Zerifikat in ressourcenorientierter Persönlichkeitsentwicklung, Führung und Beratung am Trigon Institut in Graz. Präventionsfachmann.

Intensive Erfahrungen mit Meditation, Fasten und Visionsuche. Verheiratet mit Monika Flückiger.

Mail: [st.schuepp@bluewin.ch](mailto:st.schuepp@bluewin.ch)

Tel: 079 301 05 44 / 031 381 03 77



### **Barbara Sachia Kilchenmann**

Primarlehrerin, Sozialarbeiterin FH. Ritualausbildungen im Winkel und im Zentrum für Schamanisches Wissen. Ausbildung in Kunst- Mal- und Gestaltungstherapie bei Eva Brenner.

30 Jahre Suchtarbeit, davon 16 Jahre Leitung einer sozialtherapeutischen Institution. Erlebnispädagogisches Langzeitprojekt mit Monika Flückiger; Teamleitung der Integrationsphase in der Schweiz.

Mail: [bskilchenmann@bluewin.ch](mailto:bskilchenmann@bluewin.ch)

Tel: 079 609 54 93

# Anmeldung

An:  
Praxis Onyx, Monika Flückiger, Talbrünnliweg 21, 3098 Köniz

Kurs:

Kursdatum:

Name:

Geburtsdatum:

Beruf:

Adresse:

PLZ, Ort

Tel. P:

Tel. G:

e-Mail:

Datum:

Unterschrift:

# Anmeldung

An:  
Praxis Onyx, Monika Flückiger, Talbrünnliweg 21, 3098 Köniz

Kurs:

Kursdatum:

Name:

Geburtsdatum:

Beruf:

Adresse:

PLZ, Ort

Tel. P:

Tel. G:

e-Mail:

Datum:

Unterschrift:



Du musst das Leben nicht verstehen,  
dann wird es werden wie ein Fest.  
Und lass dir jeden Tag geschehen  
so wie ein Kind im Weitergehen  
von jedem Wehen  
sich viele Blüten schenken lässt.

Sie aufzusammeln und zu sparen,  
das kommt dem Kind nicht in den Sinn.  
Es löst sie leise aus den Haaren,  
drin sie so gern gefangen waren,  
und hält den lieben jungen Jahren  
nach neuem seine Hände hin.

Rainer Maria Rilke



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

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

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

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 geradeaus, beim 3. Kreisel rechts in die Wabersackerstrasse, die nach etwa 300 m zur Zubringerstrasse wird.



Praxis Onyx

Monika Flückiger  
Talbrünnliweg 21  
3098 Köniz

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