



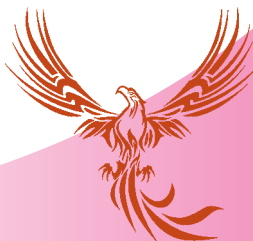
Praxis Onyx

2018

Beratung
Therapeutische Begleitung
Intensive Workshops

Jahresüberblick 2018

Januar	Schwitzhütte / Seite 11 Aufstellungstag / Seite 4
März	Kraft der Mutter / Seite 5
April	Aufstellungstag / Seite 4
Mai	Kraft der Gaia / Seite 6
Juni	Visionswanderung / Seite 7 Atemtag / Seite 3
Juli	Visionsuche / Seite 8 Tipi-Woche / Seite 9 Aufstellungstag / Seite 4
September	Sommerworkshop / Seite 10
Oktober	Atemwochenende / Seite 3
November	Aufstellungstag / Seite 4
Dezember	Weihnachtsatmen / Seite 3
Nach Vereinbarung: Seelenrückführung / Seite 12	
Vorankündigung 2019	
Frühling 19	Die Kraft des Vaters / Seite 5



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



Monika Flückiger
Talbrünnliweg 21
3098 Köniz

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

Tue zuerst das Notwendige,
dann das Mögliche und
plötzlich schaffst du das Unmögliche.

Franz von Assisi

Seminare und therapeutische Begleitung

Das Sommerseminar im Tessin war intensiv und spannend. Vielleicht nehmen wir es im nächsten Jahr wieder auf. In diesem Jahr findet das Sommerseminar wieder in Italien statt und die Visionssuche im Gurnigelgebiet. Die Visionswanderung war so erfolgreich, dass wir sie mit

einer neuen Strecke im Jura wieder anbieten. Neu im

Programm ist eine Tipi-Woche mit Stephan Schüepf zum Thema «Im Rhythmus der Natur leben-Geschichten hören – Ge-

schichten erzählen». Ebenfalls neu biete ich mit Sachia Kilchenmann ein Ritualwochenende auf dem Äugstersälpli an. Es geht um die Verbindung mit der Heilkraft

der Mutter Erde.



Mit einem weinenden und einem lachenden Auge

werde ich in diesem Jahr keinen Globalen Atemtag anbieten. In dieser Zeit wird in der Schweiz ein Seminar mit Stan und Brigitte Grof stattfinden. Als Ersatz biete ich im Juni eine Atemtag an, und Globale Qualität wird das erste Holotrope Atmen an Weihnachten haben.

Einzelbegleitung

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.– / Ich kann nicht über Krankenkasse abrechnen

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. Lebensmuster werden erkannt, die 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.

Zum Zeitpunkt der Ausschreibung ist noch unklar, ob der Globale Atemtag am 14. April 2018 weitergeführt wird. Klar ist, dass Stanislav Grof und Brigitte Grof-Aschauer im PSI Institut in Basel am 13.-15.4.18 ein Atemseminar anbieten. Vermutlich werde ich an diesem Seminar assistieren, deshalb fällt mein Globaler Atemtag in diesem Jahr aus. Als Ersatzmöglichkeit biete ich im Juni einen Atemtag an. Vielleicht nützen ja viele von euch die spezielle Gelegenheit in der Schweiz bei Grofs ein Seminar zu besuchen.

Kursleitung

Monika Flückiger

Kursdaten 2018

30. Juni Atemtag

20.–21. Oktober

24. Dezember

Einzel Sitzungen nach Vereinbarung

Kurskosten

Fr. 180.–

Fr. 330.–

Fr. 200.–

Fr. 400.–

Kursort

Talbrünnliweg 21

3098 Köniz

Literatur

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

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 2018 }
27. Januar, 28. April,
28. Juli, 24. November
Jeweils von 10–18 Uhr

Kurskosten
Aufstellungsarbeit
inklusive Vorgespräch
Fr. 220.–

Kursort
Talbrünnliweg 21
3098 Köniz

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

Die Kraft der Mutter

Intensive Suche nach der guten Kraft der Mutter

Die Kraft verbirgt sich im Schatten und im Licht. Wir verwenden verschiedene Methoden wie geführte Trancereisen, Holotropes Atmen, Aufstellungsarbeit und Gespräche.



- Wenn wir die Mutter ablehnen, lehnen wir das Gute und das Schlechte ab.
- Die Eltern bilden eine Brücke zur Kraft der Ahnen. Wer diesen Zugang nicht hat, sucht ein Leben lang nach einem Zuhause.
- Hat man die Kraft der Mutter nicht zur Verfügung, ist oft die Atmung flach und die Selbständigkeit klein. Es kann die Dynamik entstehen, ohne den andern nicht leben zu können.

Die Integration der guten Kraft der Mutter bedeutet das Einverständnis zum Leben auf der Erde und öffnet den Weg zu einem kreativen und erfüllten Leben.

Kursleitung
Monika Flückiger
Stephan Dubach

Kursdatum 2018
16.–18. März
(am 16. März ab 14 Uhr)

Kurskosten
Fr. 400.–

Kursort
Talbrünnliweg 21
3098 Köniz

Die Kraft des Vaters

Intensive Suche nach der Kraft des Vaters

Die Integration der guten Kraft des Vaters öffnet den Weg zu klarem und kraftvollem Handeln und die geistige Kraft kann sich entfalten. Der Workshop wird im Frühling im Jahr 2019 wieder stattfinden.

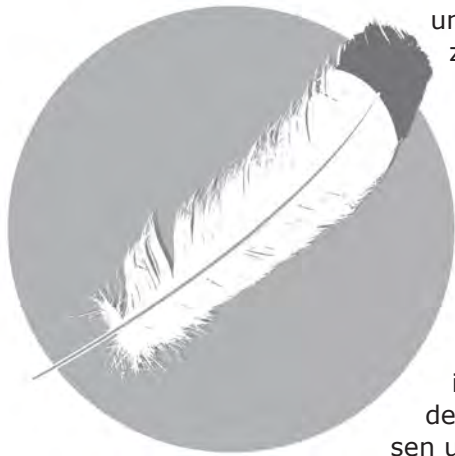


Die grosse Kraft von Gaia

Verbindung mit der Heilkraft der Mutter Erde

Hier auf Erden auf dem Weg sein bedeutet ankommen im Sein, im Hier und Jetzt. Ankommen heisst sich öffnen, um in Verbindung zu treten mit unserem Urgrund und mit dem grossen Geheimnis hinter dem Horizont der Alltäglichkeiten. In Trommelrunden verbinden wir

uns mit dem Herzschlag der Mutter Erde und erleben den heilenden Ausgleich zwischen der Mutter Erde und uns, ein Geben und Nehmen.



Eine Zeit wirst du dich in der Natur aufhalten im Kontakt mit der Erde, mit Stein und Fels, Wind und Wetter. Vielleicht begegnen dir Naturwesen. Die Natur ist ein Spiegel deiner inneren Weisheit, die aus der Tiefe auftaucht. Du nimmst die persönliche Medizin und Wegweiser in dein Alltagsleben mit. Du entdeckst deine persönlichen Rituale, um das Wissen und die Verbundenheit in deinen Alltag zu integrieren.

Die Kraft und der besondere Spirit des Äugstersälpli unterstützen uns an diesem Wochenende.

Kursleitung
Monika Flückiger
Sachia Kilchenmann

Kursdatum 2018
4.–6. Mai
am 4. Mai ab 18 Uhr

Kurskosten
Fr. 380.– Kurskosten
Fr. 100.– Kost & Logis

Kursort
Alp im
Gurnigelgebiet

Visionswanderung im Jura

Schritt für Schritt sich selber näherkommen

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 Weg zu sich selber 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 unserer wahren Natur näher zu kommen, damit wir Kraft und Zuversicht für unseren weiteren Weg gewinnen können;
- 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 Vorbereitungsstreffen werden wir die Visionswanderung ausführlich besprechen.

Kursleitung

Monika Flückiger
Stephan Schüepp

Kosten

Kurskosten Fr. 650.–
Kost & Logis ca. Fr. 450.–

Kursdaten 2018

18.–22. Juni
Vorbereitungsabend
1. Juni um 19 Uhr.



Visionssuche im Gurnigelgebiet

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:

- Einen Lebenszyklus abschliessen und bewusst den neuen Lebensabschnitt 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.



Die Visionssuche ist eine Methode, die immer wieder weiterführt. Für Teilnehmende die schon einmal an der Visionssuche teilgenommen haben, ist ein verändertes Setting möglich.

Wir arbeiten mit spannenden prozessorientierten und schamanischen Methoden.

Die Visionssuche wird ausführlich vorbereitet. Wir treffen uns zu einem Vorbereitungsabend. Daneben braucht es etwas Zeit für individuelle Vorbereitungen.

Kursleitung
Monika Flückiger
Stephan Dubach

Kursdaten 2018
7.–13. Juli

Vorbereitungsabend 15. Juni um 19 Uhr.

Kosten
Fr. 880.– Kurskosten.
Fr. 300.– Essen, einfache Unterkunft
und 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.

Tipi-Woche

Im Rhythmus der Natur leben – Geschichten hören – Geschichten erzählen

Wir leben während 5 Tagen im Tipi, schlafen am Boden, kochen am Feuer und lassen die Natur, wie sie sich uns zeigt, auf uns wirken. Wenn man zur Ruhe kommt, tauchen Erinnerungen und Geschichten auf. Man erinnert sich an unscheinbare Ereignisse, die einem geprägt und berührt haben. An den Abenden werden wir einander am Feuer diese Erlebnisse und Geschichten erzählen. Einfache Übungen, Rituale, Trommel und Rassel helfen uns, die richtigen Worte zu finden und mit ganzem Herzen zuzuhören.



Neben den alltäglichen Arbeiten, wie Kochen, Holzen usw. werden wir während des Tages einzeln und in Gruppen in der Natur, Zugang zu unseren Geschichten finden und neue unbekannte Seiten von uns entdecken. Wir erleben, dass unsere Einzigartigkeit durch den Schutz und die Geborgenheit der Gemeinschaft sichtbar werden kann.

Im Vorbereitungstreffen werden wir besprechen, wie wir konkret den Alltag gestalten, was man mitnehmen muss, welche Methoden und Übungen wir anwenden werden. Es werden maximal 6 Personen teilnehmen können.

Kursleitung
Stephan Schüepf

Kursdaten 2018
16.–20. Juli
Vorbereitungsabend
27. Juni um 19 Uhr

Kosten
Kurskosten Fr. 500.–
Kost & Logis Fr. 280.–

Kursort
Alp im Gurnigelgebiet

Die Schamanenkraft in uns

Stärkung der persönlichen Schamanenkraft

Tief in uns lebt die Sehnsucht, das Leben schöpferisch zu gestalten. Auf dem schamanischen Weg ist es wichtig, die persönliche Geschichte hinter sich zu lassen. Manchmal ist es einfach an der Zeit, wie Phönix aus der Asche aufzusteigen und neu zu beginnen. Wir werden uns mit der Kraft des Phönix verbinden. Der Phönix bringt uns auf den Weg der Wandlung und der ewigen Erneuerung der unzerstörbaren Energie unserer Seele. Er ist ein mythologisches Mischwesen und ist mit verschiedenen Welten vertraut. Seine Flügel symbolisieren den Wind, sein Schweif die Pflanzenwelt und seine Füße die Erde. Er bringt das Licht der Sonne, das Feuer der Erde und verfügt über viele magische Kräfte. Seine Tränen können tiefe Wunden heilen. Er weiss um die weissmagische Handlung, die nicht verstrickt, sondern Freiheit bringt.

Wir arbeiten mit verschiedenen schamanischen Techniken und Ritualen, therapeutischen Methoden, Trance Atmen und der Kraft der Gruppe. Das liebevoll zubereitete vegetarische Essen wird einen wesentlichen Teil zum Wohlbefinden dieser Woche beitragen.

Der Workshop findet im Centro d'Ompio in Norditalien statt. Es liegt auf einer Sonnenterrasse in mitten von Kastanienwäldern und hat eine bezaubernde Aussicht auf den nahen Ortasee. Ein wunderbarer Kraftort, der uns sehr entspricht.

Wir sind im Casa Felicina, einem alleinstehenden Haus unterhalb vom Centro untergebracht.



Kursleitung
Monika Flückiger
Stephan Dubach

Kosten
Kurskosten: Fr. 1'030.–
Kost & Logis: Euro 450.– / nur Mehrbettzimmer

Kursdaten 2018
2.–8. September

Kursort
Casa Felicina, Centro d'Ompio, Italien

Schwitzhütte zum Jahresanfang

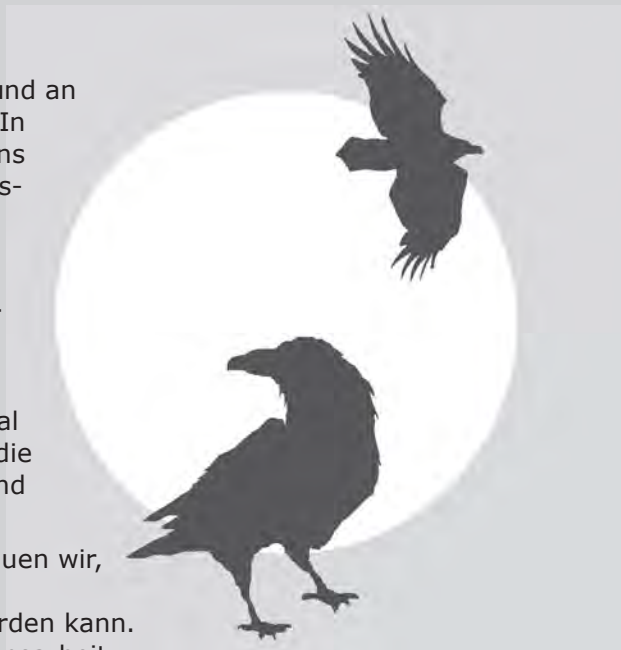
Spiritualität im Alltag

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 letzten 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

Kursdaten

20.–21. Januar 2018
19.–20. Januar 2019

Kosten

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

Kursort

Alp im
Gurnigelgebiet

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.



Einzelsitzung
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 FH und Biologe. Ritualausbildung im Zentrum für Schamanisches Wissen. Visionsuche- und Schwitzhüttenleiter, Feuerlauftrainer. 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 Schüepp

Sozialarbeiter FH, Supervisor und Organisationsberater BSO.

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

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

Mail: 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

Tel: 079 609 54 93



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 rechts,

beim 3. Kreisel links in die Bündenerstrasse 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