



## Kreatives Lebens- und Trauerseminar©

- *Eine Reise über die Trauerberge zu den Regenbogentränen des Fühlens*
- *Lebensfördernde Wege aus dem Trauerlabyrinth*

24. Januar – 26. Januar 2025

Freitag 15 Uhr bis Sonntag 16 Uhr im Schwarzwald

- Verbinden wir uns mit dem Werden und Vergehen und vertrauen, darauf, dass dieses Naturgesetz in allen Lebewesen von Beginn an der Schöpfung, in uns wirksam ist.
- Die Trauer mit ihren vielfältigen Gefühlen hilft uns im Leben mit den Unzulänglichkeiten im Leben umzugehen. Sie ist das Tor für unsere Lebendigkeit.
- Gemeinsam begegnen wir unserem Schmerz und entdecken den Schatz der darin liegt.
- Durch die entstehende Kraft der Umwandlung können wir im Leben weitergehen.

## Der Gefühlsschatz in unserem Herzen

Wir können uns mit unseren Gefühlen in einer wohlwollenden, geschützten und sicheren Gemeinschaft anvertrauen. Dafür möchte ich Mut machen. Unsere vielfältigen Gefühle werden uns den Weg weisen, was Ausdruck finden möchte. Wir können einen guten Abschied nehmen, wenn wir die lebensfördernde Trauer zulassen.

Wir spüren, dass Tränen ein Zeichen der Liebe sind. Und unsere Gefühle und Verletzbarkeit unsere Stärke.

Wir gehen gemeinsam über die Trauerberge, denn miteinander mitfühlen, ist der Trost, den wir uns alle geben können.

Somit sind wir gut gerüstet für einen Neubeginn.

## Das kreative Lebens- und Trauerseminar ist für Dich,

- wenn Du einen geliebten Menschen verloren hast
- bei Verlust eines geliebten Tieres.
- bei Verlust von Arbeit, Heimat,
- bei Trennung eines Partners/in,
- bei Verlust von Gesundheit oder Jugendlichkeit,
- wenn dich Trauer erfasst, welche Du nicht zuordnen kannst,
- wenn du unfassbare Trauer in dir trägst,
- wenn du nicht weisst, wieso du traurig bist
- wenn Träume und Idealvorstellungen zerplatzt sind und Du Enttäuschungen erlebt hast
- wenn Du mit Deinen Gefühlen, deiner Umgebung und mit dir selbst nicht mehr klarkommst.

## Wer wir sind

Wir sind seit vielen Jahren auf dem Weg über die Trauerberge unterwegs und haben entdeckt, dass es möglich ist sie abzutragen und sie umzuwandeln in Lebensenergie. Unsere Lebensgeschichten sind vielfältig verwoben mit unserer Geschichte, den aktuellen Ereignissen und Unzulänglichkeiten im Leben und der Geschichte unserer Vorfahren. Unsere Erfahrungen mit Verlusten von geliebten Menschen und dem was damit verloren geht, hat uns immer, in zumutbaren Schritten unsere Trauer offenbart und somit die Möglichkeiten gegeben, Verbindung zu unseren Gefühlen zu finden. Dieser geheimnisvollen Kraft der Trauer zu vertrauen und sie in uns zu empfangen, wurde durch die Erfahrung der Umwandlung durch das durchschreiten des Trauerprozesses in das Gegenstück Freude bestärkt.

Wir durften beide durch den bekannten Trauerforscher Dr. Jorgos Canacakis erfahren, welche grosse Bedeutung, die in uns inne liegende, verborgene Trauer für unsere Entwicklung hat. Trauer schliesst alle Gefühle wie, Wut, Verzweiflung, Freude und Traurigkeit mit ein und entsteht auch bei Enttäuschungen, Verlusten von einem zu Hause, Trennungen von geliebten Partnern, bei Krankheit, bei Verlust von einem geliebten Tier, bei ungeborenen Kindern, bei dem Verlust von intakter Natur und familiären zurückliegenden Bürden aus Krieg, Verlust von Heimat und Arbeit.

Trauer ist spürbar auf allen Ebenen des Werdegangs des Menschen. Und das nennen wir die Trauerberge.

Wir haben erfahren, dass es sich lohnt, diese Berge zu besteigen und als Geschenk ein fühlendes Wesen zu werden.

Wenn wir unserer Trauer Berechtigung geben und ihr lauschen, dann taucht die Liebe auf. Dann sind wir Teil der göttlichen Schöpfung, Diese Erkenntnisse und Freude darüber, möchten wir gern an Menschen weitergeben.



**Datum:** 24. Januar – 26. Januar 2025  
Freitag 15 Uhr bis Sonntag 16 Uhr

**Preis:** Fr. 660.— exklusiv Übernachtung mit Vollpension (Frühstück, Mittagessen und Abendessen)

**Unterkunft:** 2x mit Übernachtung im Einzel-, Doppel- oder Mehrbettzimmer, (65€, 90€, 120€)  
2x Vollpension: 65€ veg. Kaffee, Tee und Wasser gratis.  
Übernachtung und Verpflegung wird vor Ort abgerechnet.

**Ort:** Seminarhaus Hofgut Leo, in Gresgen im Schwarzwald.  
gut erreichbar mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Parkmöglichkeiten vorhanden, Raum Lörrach, Baden-Württemberg

**Leitung:** Gudrun Grebu  
Strassburgerallee 21,  
CH-4055 Basel  
0041 (0) 61 381 98 56/078 803 01 49

per E-Mail info@grebu.ch  
per Internet www.grebu.ch

Nach einem aktuellen einschneidenden Ereignis, empfehlen wir die Teilnahme an einem Seminar erst nach etwa 3 - 6 Monaten.

Falls Sie in ärztlicher oder therapeutischer Behandlung sind, bitten wir Sie, die Teilnahme zu besprechen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Paaren, Freunden und Verwandten empfehlen wir ein getrenntes Seminar.

**Anmeldeformular als PDF:**

Infos über Mitfahrgelegenheit, Stornierung, etc. [ist auf der Homepage www.grebu.ch](http://www.grebu.ch) herunterzuladen

Falls Du Fragen hast oder ein Gespräch zur Orientierung benötigst melde Dich gerne bei uns



Strassburgerallee 21 · 4055 Basel · info@grebu.ch · www.grebu.ch  
Mobile: +41 78 803 01 49 · Phone: +41 61 381 98 56

