



Hallo, lieber Mensch!

Am 6. Mai 2023 biete ich einen Workshop zum Thema „Selbstliebe“ an und freue mich, wenn du dabei bist:

Sprockhövel, März 2023



## Liebe dich selbst!

**SA, 06.05.2023,  
10.00 – 17.00 Uhr**

**Kosten: 95,-- € pro Person  
Ort: Der Treffpunkt im Raum  
Sprockhövel wird noch bekannt  
gegeben.**

**Für Mittagsimbiss und Getränke  
(Wasser, Tee, Kaffee) ist gesorgt.  
Es wird eine ca. einstündige  
Mittagspause geben.  
Anmeldung erforderlich.**

Selbstliebe und Egoismus sind soweit entfernt voneinander wie in irdischen Dimensionen Nord- und Südpol. Trotzdem haben viele von uns Sätze verinnerlicht wie: "Selbstliebe ist egoistisch und unanständig." - "Eigenlob stinkt." - "Sei bescheiden und immer für andere da." - "Nimm dich nicht so wichtig."

**Meine Bitte: Nimm dich wichtig! Liebe dich selbst!**

Ich bin der tiefen Überzeugung, dass es der Menschheit und damit der Welt an nichts mehr mangelt als an Selbstliebe: Wenn ich mich selbst liebe, schöpfe ich auf allen Ebenen aus der Fülle des Lebens. Wenn ich in Selbstliebe bin, kann ich nicht abwerten, hassen, Kriege führen, Tiere in Massenhaltung quälen, Mutter Erde über ihre Regenerationsfähigkeit hinaus ausbeuten; ich brauche keinen hohlen Massenkonsum, der mich eigentlich immer weiter von mir weg bringt. Wenn ich mich selbst liebe, habe ich kein irgendwie zu stopfendes Mangelgefühl, mit dem ich anderen neide, missgünstig vergleiche, das Leben ausschließlich als Wettlauf und Konkurrenz betrachte, in dem ich unbedingt die Nase vorn haben muss.

Wie anstrengend ist das! Wieviel ungesunden Stress produziert das in dir und mir!  
Wie wenig wahrer Wohlstand und Erfüllung stecken darin!



Sprockhövel, März 2023

## Wenn du also die Welt retten willst, fange bei dir an!

Dabei geht es nicht darum, dich selbst fortan durch eine rosarote Brille zu betrachten. Komme mit der Tiefe in dir in Kontakt, schau auf dein Licht und deinen Schatten und erkenne beides liebevoll an. Und - jetzt wird's knifflig - sei liebevoll mit dir, wenn du einen Anteil von dir nicht liebevoll annehmen kannst. Mache eine Bestandsaufnahme deiner selbst: Wo stehst du im Kontakt mit dir? Wie und wo fühlst du, dass da vielleicht noch mehr geht an Liebe, Freude, Selbstfürsorge? Welche Sehnsucht, welche Vision treibt dich an? Wo willst du hin? Was bremst dich aus, deinen Weg dahin zu gehen? Welche Glaubenssätze haben dich in dieser Hinsicht geprägt? Was gilt es loszulassen, damit du weitere Schritte in Richtung Selbstliebe und -annahme für mehr Fülle, Freude und Liebe in deinem Leben gehen kannst?

Auf dieser Spurensuche bietet mein Seminar dir "Nahrung" für Körper, Seele und Geist: alle drei wollen angesprochen werden, damit Entwicklung möglich ist. Eines ist mir wichtig zu betonen: Ich stehe dabei nicht am "erleuchteten" Ende einer Entwicklung - mehr Liebe geht immer! ;o) - sondern ich gehe den Weg zu mehr Selbstliebe für mich selbst auch immer weiter.

## Lass uns gerne ein Stück des Weges gemeinsam gehen!

Dafür habe ich einen Tag vorbereitet mit kreativen Übungen aus der Kunsttherapie, mit Meditation, Bewusstseinsreise und/oder Schamanischer Reise, Ansätzen aus dem Verhaltenstraining, der körperbezogenen Arbeit sowie der Energiearbeit. Zudem hast du die Möglichkeit, wertvolle Impulse durch den Austausch in der Gruppe für dich zu gewinnen.

Herzensgrüße,  
Nikola

## Weitere Infos und Anmeldung:

[www.farbtapfer.de/termine/workshop-liebe-dich-selbst/](http://www.farbtapfer.de/termine/workshop-liebe-dich-selbst/)