

Ich freue mich über dein Interesse am
online-Format Angebot

mindestens 1x wöchentlich landet in deinem
E-Mail Postfach
eine Textdatei von mir

„Labyrinth der Trauer“

2017 erschien die erste Auflage der von mir
getexteten und illustrierten Geschichte über
die kleine Rosa. Es handelt sich um eine
Bilderbuchgeschichte über unsere Gefühle,
die uns begegnen wenn wir um
einen lieben Menschen trauern. Mit
Illustrationen des Rosengartens und einem
poetischen Text.

Angelehnt an meine Geschichte
vom Rosengarten

(gilt nicht als Voraussetzung für die Teilnahme)

möchte ich dich gerne

8 Wochen

„durch dein Trauerlabyrinth“
begleiten

*„Seit dem Tod ihrer geliebten Mama fühlt sich
Rosas Herz so erdrückend schwer an. Rosa hört
von einem Garten aus Tausenden von Rosen mit
unzähligen Blüten der Erinnerung, aber auch mit
stacheligen, verletzenden Dornen. Dieser Garten
gleicht einem Labyrinth, und wenn man
angekommen ist, findet
man wieder Freude an all
den schönen Dingen...“
(Quelle „der Rosengarten“)*



Deine Trauer um deinen Verlust vermag ich
dir in dieser Zeit nicht zu nehmen, wohl aber
möchte ich mich bemühen, dir
wertschätzende Impulse zu übermitteln, dir
ein sanftes antasten an deine Ressourcen
zu ermöglichen und gemeinsam Ausschau
halten nach (d)einem Regenbogen.

Inhaltlich erwarten dich dabei folgende
Elemente

Weitblick(e)

(körperlich und psychisches Hintergrundwissen)
über verschiedene Trauerphasen,
Trauermodelle und körperliche Faktoren

Gedankenperlen

passende Geschichten, Texte, Sprüche

Meditationen

in geschriebener Form welche du dir sehr
gerne selbst auf Band sprechen kannst um
sie dir an Orten anzuhören die du dir dafür
auswählst

ABC der Ressourcen für dein Sein

von

A –Alles was mich „berührt“ über
B wie Buchvorschläge bis
Z-zauberhaftes für ein gelingendes
Miteinander

Impulse mit Anleitungen

von Schreibimpulsen bis hin zu kreativen
Methoden
einfache aber effiziente Möglichkeiten für
deinen Trauerweg –
du selbst bestimmst inwieweit du dich
einlassen möchtest und führst diese Impulse
nach deinem Ermessen aus

Kraftquellen

Ich teile dir eine Auswahl an
unterstützenden Möglichkeiten mit (unbezahlte
Werbung) Kräutermischungen, Möglichkeiten
aus der Aromatherapie und der
Naturheilkunde, welche du gerne für dich
annehmen kannst

Briefwechsel

(oder „der Grund für eine begrenzte Teilnehmerzahl“)
Eine vertrauensvolle Möglichkeit die ich
gerne noch erwähnen möchte ist das
Angebot eines individuellen
Gedankenaustausches per Email als deine
ganz persönliche Begleiterin

immer mit der Botschaft im Herzen – wohltuend umsorgen

BARBARA