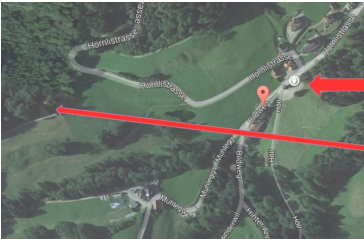


Ansprechperson: Beno Kehl 076 388 20 02
beno@fraga.ch / www.fraga.ch

Treffpunkt am 1. und 3. Mittwoch im Monat 13.00h
Bahnhof Eschlikon (wenn möglich kurz anmelden).
Oder geh direkt zum Bienehuus. Beginn 13.30h bis
ca. 17.00h, oder auch mal länger



Parkplatz
Hörnlistrasse 3
8376 Au -
Fischingen

Bienehuus zu
dä schönä
Maria

Alles was nichts kostet wird nicht wertgeachtet .

Aber das Unbezahlbare (z.B. Gott) ist kostenlos aber
hoffentlich nicht umsonst. Jeder trägt das bei, was
für ihn stimmig ist. Wenn nötig, übernehmen wir
auch die Spesen.



Welcher Dominostein in deinem Leben in Bewe-
gung kommt spielt oft keine Rolle. Er löst eine Ket-
tenreaktion (Entwicklung) aus. Gelegentliche Impul-
se sind heilsam, spannend und oft herausfordernd.

Wenn wir den Armen etwas zu essen oder Geld
geben, nennt man uns "Heilige"! Aber wenn wir
Wege aufzeigen, die aus der Not führen, empfindet
man uns als *unbequeme Zeitgenossen*.

Ich bin für diesen Weg gerne ein *unbequemer Zeit-*
genosse. Euer Beno Kehl

Weg der Integrale Recovery Transformation IRT

1. Inputs über verschiedene Themen
2. Einzel- und Gruppengespräche
3. Aufenthalt in der Natur, Spaziergänge, Kontakt mit Elementen
4. Verschiedene Meditationstechniken (angeleitet und frei)
5. Verschiedene Gebetstechniken, Umgang mit Wünschen
6. Rituale, Schwitzhütten, Feuerlauf, Visionssuche
7. Trommelreisen, Gottesdienste, Arbeit mit Steinen, Mandalas
8. Energiearbeit (z.B. Orgontech, Händeauflegen, Systemstellen)
9. Synchronisation der Gehirnhälften mit Hologync
10. Und andere Formen

Die verschiedenen Ansätze helfen ein dynamisches
Gleichgewicht zu fördern die Schritte nach L O V E helfen.

L Lebensenergie
O Orientierung
V Versorgung
E Einsatz

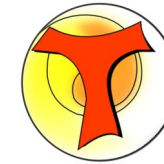


Orientierungskarte einer optimalen Entwicklung

0. Beige: **instinktives Selbst**
1. Purpur: **animistisches Selbst**
2. Rot: **impulsives Selbst**
3. Blau: **Regeln/ Rollenselbst**
4. Orange: **leistungsorientiertes Selbst**
5. Grün: **empathisches Selbst**
6. Gelb: **integrales Selbst,**
7. Türkis: **holistisches Selbst,**

Viele Menschen entwickeln sich kaum über Rot hinaus, sehr viel
weniger erreichen Gelb und Türkis. Es geht darum einen
ganzheitlichen Weg zu beginnen.

Viele Prozesse stagnieren oder entwickeln sich zurück unter
dem Einfluss von Traumata, Medikamenten oder Suchtmitteln.
Deshalb ist das 12 Schritteprogramm der AA ein weiteres
Orientierungsfeld.



Integral Recovery Fellowship

Der Boden für ganzheitliches Wachstum und Transformation
ist ein dynamisches Körper-, Geist- und Seelengleichgewicht.
Im Gleichgewicht fällt es leichter, die Schatten des Lebens zu
bearbeiten.

Es wird eine kraftvolle Wiederannäherung zwischen
traditioneller Weisheit (Religion) und moderner Wissenschaft
(Psychologie) angestrebt. Wir arbeiten mit den vier Ebenen:
Körper, Seele, Geist und Schatten.



Dazu verlassen wir den gewohnten Alltag (Sofabereich) und
gehen in die Natur hinaus zum Bienehuus zu dä schönä
Maria.

Integral: Verdrängte und abgespaltene Aspekte
ins Leben zurückholen
Recovery: Wecken und stärken der
Selbsteilungskräfte
Transformation: Entwicklung, Sinnfindung,
Neuausrichtung und Hingabe.

Ein Angebot von: www.fraga.ch