



Praxis Onyx

2022

Beratung
Therapeutische Begleitung
Intensive Workshops

Jahresüberblick 2022

April	Atemtag
Juni	Schwitzhütte
September	Sommerseminar
Oktober	Atemtag
Nach Vereinbarung	
Seelenrückführung	



Vorankündigung 2023

Juli Visionsuche



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 therapeutische Begleitung und intensive Seminare.

Weiterbildung im Zentrum für schamanisches Wissen, Quetzalcoatl.

Zertifikat in Transpersonaler Psychologie und Holotroper Atemtherapie bei Dr. Stanislav Grof.

Zertifikat in Familien- und Strukturaufstellungen an der Fachhochschule für Soziale Arbeit Basel.

Diplom in Somatic Experiencing, SE-Trauma-Arbeit bei Dr. Peter Levine.

Narm Practitioner. Arbeit mit frühen Bindungsstörungen und Entwicklungs-trauma 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



Praxis Onyx

Monika Flückiger
Talbrünnliweg 21
3098 Köniz

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

Seminare und therapeutische Begleitung

Ein turbulentes und anspruchsvolles Jahr neigt sich dem Ende zu. Laut meinem Hausastrologen stehen die Sterne nun günstiger und es sollte leichter werden.

Wie viele schon wissen, bin ich gerade glücklich und zufrieden 70 Jahre alt geworden. Ein Impuls die Praxis etwas anzupassen, um Zeit mit meinem pensionierten Mann Stöffu zu haben und Neues anzupacken. Deshalb habe ich mich entschieden, die Aufstellungsarbeit abzuschließen. In diesem September war der letzte Aufstellungstag, spannend bis zum Schluss. Dieser Methode kam ich bereits 1990 auf die Spur und

finde sie sehr wirkungsvoll. Mittlerweile hat sie einen festen Platz in vielen Praxen und wird auch ohne mich weitergehen.

Das Holotrope Atmen werde ich im nächsten Jahr mit kleineren Gruppen wieder durchführen.

Die Schwitzhütte ist im Zeitraum der Sommersonnenwende geplant.

Das beliebte Sommerseminar in Italien wird im September stattfinden. Wir freuen uns

sehr darauf. Auch hier wird ein Zyklus zu Ende gehen. Wir haben ein spannendes Finale geplant.

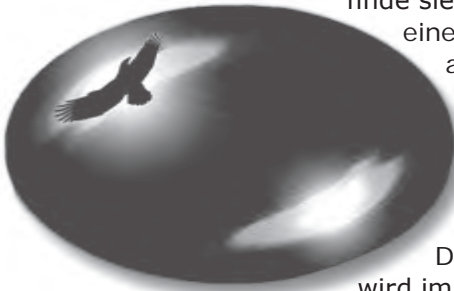
Das Angebot der Praxis Onyx wird etwas schlanker. Nach dem Motto: klein, aber fein. Für mich ist die Konzentration der Kräfte wichtig, um mit der gleichen Intensität weiterarbeiten zu können.

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.

Kosten

Stundenansatz Fr. 120.–. Ich kann nicht über Krankenkasse abrechnen.



Holotropes Atmen nach Grof

Heilung durch veränderte Bewusstseinszustände

In allen Kulturen nutzen 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 den Zugang zu verborgenen Schichten der Persönlichkeit und zu inneren Heilkräften. Lebensmuster, die im täglichen Leben einschränkend wirken, können sich wandeln und heilen. Ebenso sind spirituelle und transpersonale Erfahrungen möglich. Der Prozess wird mit gezielter Körperarbeit unterstützt. Ein 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.

*Aufgrund der aktuellen Situation arbeite ich mit kleinen Gruppen.
Bei Bedarf findet einen Tag später ein zweiter Atemtag statt.*

Kursleitung
Monika Flückiger

Kursdaten 2022
23. (evtl. 24.) April: Atemtag
15. (evtl. 16.) Oktober: Atemtag

Kurskosten
Fr. 200.–
Fr. 200.–

Kursort
Talbrünnliweg 21
3098 Köniz

Literatur
Stanislav Grof & Christina Grof,
Holotropes Atmen.
Nachtschatten Verlag
ISBN 978-3-03788-280-1

Schwitzhütte

Spiritualität im Alltag

Wir haben für diese Schwitzhütte ein Datum in der Nähe der Sommersonnenwende gewählt. Die Sonne steht am höchsten Punkt auf der nördlichen Halbkugel. Eine lichtvolle Zeit.

Seit Jahrhunderten wird dieser Tag an vielen Orten auf der Welt mit verschiedenen Bräuchen gefeiert. Fast immer spielt das Feuer eine zentrale Rolle. Kleine Opfertgaben werden dem Feuer übergeben, oft Kränze aus Blumen und Kräutern. Gegen Krankheiten wird übers Feuer gesprungen. Wir sind gespannt, wie die Sommersonnenwende in unserem Schwitzhüttenprozess spürbar ist.

Das halbe Jahr ist bald vorbei. Zeit innezuhalten, um dann neu fokussiert weiterzuschreiten. Der Himmel steht offen.

Letztendlich geht es bei der Schwitzhütte um Spiritualität im Alltag.



Kursleitung
Monika Flückiger
Stephan Dubach

Kursdatum 2022
18.–19. Juni

Kosten
Fr. 350.– Kurskosten
Fr. 90.– Kost und Logis

Kursort
Alp oberhalb
Rüscheegg

Die Schamanenkraft in uns

Entfaltung der persönlichen Schamanenkraft

Im Mittelpunkt dieses Workshops steht die Entfaltung der persönlichen schamanischen Kraft im Dienst der Lebensaufgabe. Wir haben viel grössere Möglichkeiten das Leben schöpferisch zu gestalten, als uns im Alltag mit seinen Gewohnheiten bewusst ist. Auf dem schamanischen Weg ist es wichtig, Platz zu schaffen für den Seelenweg. Es geht darum Wege zu finden, um ganz in der Gegenwart leben zu können. Die Vergangenheit ist gewesen. Die Zukunft ist noch nicht. Das wirkliche Leben findet in der Gegenwart statt.

Wir arbeiten unter anderem mit den Dämonen in uns, die uns an alten Geschichten und Mustern festhalten lassen, und wandeln sie in Verbündete.

Wir arbeiten mit verschiedenen schamanischen Techniken und Ritualen, therapeutischen Methoden, Trance-Atmen und der Kraft der Gruppe. Unser Koch Stephan Schüepp trägt mit seinem liebevoll zubereiteten, vegetarischen Essen einen wesentlichen Teil zum Wohlbefinden dieser Woche bei.

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

Wir sind unterhalb vom Centro d'Ompio in der alleinstehenden Casa Felicina untergebracht.



Kursleitung
Monika Flückiger
Stephan Dubach

Kursdatum 2022
3.–9. September

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

Kursort
Casa Felicina, Centro
d'Ompio, Italien

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

- Lebensabschnitte klar abschließen und bewusst neu 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.

Für Teilnehmende, die bereits an einer Visionssuche teilgenommen haben, ist ein verändertes Setting möglich.

Die Visionssuche wird an einem Vorbereitungsabend ausführlich besprochen.

Daneben braucht es etwas Zeit für individuelle Vorbereitungen.

Kursleitung

Monika Flückiger
Stephan Dubach

Kursdaten 2023

8.–14. Juli Visionssuche
Vorbereitungsabend im Juni

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.

ISBN 978-3-927369-42-9

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.



Einzelsetzung
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. Visionssuche- und Schwitzhüttenleiter, Ausbildung zum Feuerläufer.

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.

Zertifikat in ressourcenorientierter Persönlichkeitsentwicklung, Führung und Beratung am Trigon Institut in Graz. Präventionsfachmann. Intensive Erfahrungen mit Meditation, Fasten und Visionssuche. Kochen in Seminarwochen. Verheiratet mit Monika Flückiger.

Mail: st.schuepp@bluewin.ch

Tel: 079 301 05 44, 031 381 03 77



Barbara Sachia Kilchenmann

Primarlehrerin, Sozialarbeiterin FH
30 Jahre Suchtarbeit, davon 16 Jahre Leitung einer sozialtherapeutischen Institution. Erlebnispädagogisches Langzeitprojekt in Kanada mit Monika Flückiger. Teamleitung der Integrationsphase in der Schweiz. Schamanische Ausbildungen im Winkel und im Zentrum für Schamanisches Wissen. Ausbildung in Kunst-, Mal- und Gestaltungstherapie bei Eva Brenner.

Mail: bskilchenmann@bluewin.ch

Tel: 079 609 54 93

Die Göttin

Am Anfang, bevor die Welt erschaffen war, streifte Gott durchs Nichts, um irgendwo etwas zu finden. Er hatte die Hoffnung schon fast aufgegeben und war todmüde, als er plötzlich vor einer grossen Baracke stand. Er klopfte an, und eine Göttin öffnete und bat ihn, hereinzukommen.

Sie sei gerade mit der Schöpfung beschäftigt, aber er solle sich ruhig ein bisschen hinsetzen und ihr bei der Arbeit zuschauen. Zurzeit war sie daran, in einem Aquarium verschiedene Wasserpflanzen einzusetzen. Gott war in höchstem Masse erstaunt über das was er sah. Er wäre nie auf die Idee gekommen, so etwas wie Wasser zu erschaffen. Gerade dies aber, sagte die Göttin lächelnd, sei sozusagen die Grundlage des Lebens überhaupt.

Nach einer Weile fragte Gott, ob er vielleicht ein bisschen helfen könne. Die Göttin sagte, sie wäre sehr froh, wenn er das Wasser und ihre bisherigen Schöpfungen auf einen der Planeten bringen könnte, die sie etwas weiter hinten eingerichtet habe. Sie würde gerne auf dem Unbedeutendsten anfangen, probeweise.

Also begann Gott damit, die Schöpfungen der Göttin eine nach der andern aus ihrer Baracke auf die Erde zu bringen.

Es ist nicht verwunderlich, dass später die Menschen auf diesem Planeten nur den Gott kannten, der das alles gebracht hatte, und ihn für den eigentlichen Schöpfer hielten. Von der Göttin aber, die sich das ausgedacht hatte, wussten sie nichts. Deshalb ist es höchste Zeit, dass sie einmal erwähnt wurde.

Franz Hohler





Ab Bahnhof Bern: mit Bus Nr. 10 Richtung «Köniz Schlieren» 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 Bündenackerstrasse 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