



Praxis Onyx

2020

**Beratung
Therapeutische Begleitung
Intensive Workshops**

Jahresüberblick 2020

- Januar** Aufstellungstag/Seite 4
- März** Atemtag/Seite 3
Kraft des Mutter/Seite 5
- April** Aufstellungstag/Seite 4
- Mai** Kraft der Gaia/Seite 6
- Juni** Schwitzhütte/Seite 7
- Juli** Tipi/Seite 9
- August** Sommerworkshop/Seite 10
- September** Aufstellungstag/Seite 4
- Oktober** Atemtag/Seite 3
- Dezember** Aufstellungstag/Seite 4

Nach Vereinbarung Seelenrückführung/Seite 11

Vorankündigung 2021

Sommer Visionsuche/Seite 8



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 Beratung, therapeutische Begleitung und intensive Workshops.

Weiterbildung im Zentrum für schamanisches Wissen, Quetzalcoatl.

Zertifikat in Transpersonaler Psychologie und Hologroper 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 Entwicklungsstrauma 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

Nicht alles, was man erklären kann, ist wahr.
Nicht alles, was wahr ist, kann man erklären.

Jan-Philipp Sendker

Seminare und therapeutische Begleitung

Ich bin noch ganz erfüllt von der Seminarwoche im Tessin mit dem Ritual in der starken Energie des Wasserfalls. Der Regenbogen beim tiefen Becken bildete einen Kreis. Ein wunderbares Gefühl zum ersten

Mal durch einen Regenbogenring zu schwimmen, unter sich das dunkle kalte Wasser, nahe dem tosenden Wasserfall, der einem fast den Atem verschlägt.

In diesem Jahr wird der spannende Sommerworkshop wieder in Pette-nasco stattfinden. Es geht um die Weiterentwicklung der eigenen schamanischen Kraft.

Auf mehrfachen Wunsch findet nochmals ein Mutterseminar statt. Damit schliessen wir den Zyklus – die Kraft der Mutter und die Kraft des Vaters – endgültig ab.

In den letzten Jahren ist auf dem Ägstersälpli das Wetter im Herbst und Winter mit starken böigen Winden zunehmend unberechenbar geworden. Letztes Jahr mussten wir ein Seminar absagen und eines verschieben. Nun haben wir die Seminare zu anderen Zeiten im Jahresverlauf geplant. Das Gaia Seminar wird an Pfingsten sein und die Schwitzhütte genau an der Sommersonnenwende. Beides sind kraftvolle Daten. Stephan Schüepp bietet wieder eine Tipi Woche an. Die Visionsuche bieten wir im Jahr 2021 wieder an.

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. Die Arbeiten mit Schocktrauma nach Peter Levine und mit frühen Bindungsstörungen nach Laurence Heller nehmen in meiner Praxis eine wichtige Rolle ein.

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. Blockierte Energie kommt wieder ins Fließen. 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.

2019: 25. Dezember: Atemtag und Ritual im Wald / Fr. 200.–

Kursleitung

Monika Flückiger

Kursdaten 2020

7. März Atemtag

17. Oktober Atemtag

Kurskosten

Fr. 180.–

Fr. 180.–

Kursort

Talbrünnliweg 21

3098 Köniz

Einzelsitzungen nach Vereinbarung Fr. 400.–

Literatur

Stanislav Grof & Christina Grof, Holotropes Atmen.

Nachtschatten Verlag, ISBN 978-3-03788-280-1

Familien- und Strukturaufstellungen

Arbeit mit systemischen Verstrickungen

Die Arbeit mit Familien- und Strukturaufstellungen ist in meiner Arbeit zu einer wertvollen Ergänzung geworden. Sie eignet sich bei vielen Anliegen und Schwierigkeiten, die eine systemische Verstrickung vermuten lassen.

- Wenn ein therapeutischer Prozess stockt, kann eine systemische Intervention weiterhelfen.
- Beziehungsprobleme. Oft können blockierende Verstrickungen gelöst werden.
- Trennung. Manchmal ist für eine Beziehung eine würdevolle Trennung die beste Lösung. Eine Aufstellung kann Klarheit schaffen und ein gutes Weiterleben ermöglichen.
- Probleme mit einem Kind. Vielleicht übernimmt es unbewusst mehr Verantwortung, als ihm zusteht.
- Probleme mit alten Eltern. Verstrickungen erschweren anstehende Entscheidungen oder stehen vor einer erlösenden Versöhnung.
- Symptome. Eine Aufstellung kann die Dynamiken sichtbar machen, die sich hinter Symptomen verbergen.



An den Aufstellungstagen sind neben der persönlichen Arbeit die Aufstellungen der andern Teilnehmenden eine zusätzliche Bereicherung.

Kursleitung
Monika Flückiger

Kursdaten 2020
25. Jan., 4. April,
12. Sept., 5. Dez.
Jeweils 10–18 Uhr

Kurskosten
Aufstellungsarbeit inkl.
Vorgespräch Fr. 230.–

Kursort
Talbrünnliweg 21
3098 Köniz

Literatur
Thomas Schäfer,
Was die Seele krank macht
und was sie heilt.

Knauer Taschenbuch, 2016
ISBN 978-3-426-87729-6

Die Kraft der Mutter

Intensive Suche nach der guten Kraft der Mutter

Die Kraft verbirgt sich im Schatten und im Licht. Wir verwenden verschiedene Methoden wie geführte Trancereisen, Holotropes Atmen, Aufstellungsarbeit und Gespräche.



- Wenn wir die Mutter ablehnen, lehnen wir das Gute und das Schlechte ab.
- Die Eltern bilden eine Brücke zur Kraft der Ahnen. Wer diesen Zugang nicht hat, sucht ein Leben lang nach einem Zuhause.
- Hat man die Kraft der Mutter nicht zur Verfügung, ist oft die Atmung flach und die Selbständigkeit klein. Es kann die Dynamik entstehen, ohne den andern nicht leben zu können.

Die Integration der guten Kraft der Mutter bedeutet das Einverständnis zum Leben auf der Erde und öffnet den Weg zu einem kreativen und erfüllten Leben.

Dieses Seminar wird zum allerletzten Mal durchgeführt

Kursleitung
Monika Flückiger
Stephan Dubach

Kursdatum 2020
27.–29. März
(am 27. März ab 14 Uhr)

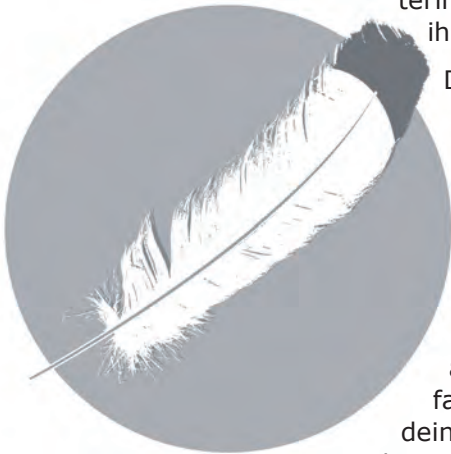
Kurskosten
Fr. 400.–

Kursort
Talbrännliweg 21
3098 Köniz

Gaia – Hüterin allen Lebens

Verbindung mit der Kraft der grossen Ahnenfelder

Den Faden aufnehmen, der fein gesponnenen Energie unseres Lebens und den unendlichen Lebenszyklen folgen. Wir werden uns in Ritualen und Trommelrunden mit der Kraft der grossen Ahnenfelder, ihren Schätzen und ihrer Energie verbinden und Gaia, der Mutter und Hüterin allen Lebens unser Herz öffnen, uns ihr anvertrauen.



Der Begriff Vorfahren wird über den genetischen Stammbaum hinaus erweitert und es entsteht die Möglichkeit, einer neuen Vielfalt und Qualität von Ahnen und Wesenheiten zu begegnen. Erleben, erfassen und mit dem Neuen draussen in der Natur in Kontakt kommen und es in dich aufnehmen. Ein Ziel ist, die Erfahrungen auf deine ganz persönliche Weise fassbar und greifbar zu machen, mit in dein Alltagsleben zu nehmen und deinen Lebensweg beschenkt fortzusetzen.

Im Wissen darum, dass diese Erde die Heimat von allen Lebewesen ist, erleben wir an diesem Wochenende Verbundenheit und Geborgenheit in der Natur, im Kreis und im grossen Ganzen mit Gaia. Die Kraft von Pfingsten und der besondere Spirit des Äugstersälpli unterstützen uns zusätzlich in diesem Seminar.

Kursleitung
Monika Flückiger
Sachia Kilchenmann

Kursdatum 2020
30. Mai–1. Juni

Kurskosten
Fr. 400.– Kurskosten
Fr. 100.– Kost & Logis

Kursort
Alp im
Gurnigelgebiet

Schwitzhütte

Spiritualität im Alltag

Wir haben für diese Schwitzhütte das mythische Datum der Sommersonnenwende gewählt. Es ist der längste Tag. Die Sonne steht auf der nördlichen Halbkugel am höchsten Punkt. 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 Opfergaben werden dem Feuer übergeben, oft Kränze aus Blumen und Kräutern. Gegen Krankheiten wird übers Feuer gesprungen. Wir sind gespannt, wie das weltweit gefeierte Sonnenfest in unserem Schwitzhüttenprozess spürbar sein wird.

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 2020
20.–21. Juni

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

Kursort
Alp oberhalb
Rüschegg

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.

Die Visionssuche wird erst im Jahr 2021 wieder durchgeführt.

Kursleitung

Monika Flückiger
Stephan Dubach

Kosten

Fr. 880.– Kurskosten.
Fr. 300.– Essen, einfache
Unterkunft und Material.

Kursort

Basis ist eine Alp im
Gurnigelgebiet.

Kursdatum 2021

3.–9. Juli; mit Vor-
bereitungsabend

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

Tipi-Woche

Im Rhythmus der Natur leben – Geschichten hören – Geschichten erzählen

Wir leben während 5 Tagen im Tipi, schlafen am Boden, kochen am Feuer und lassen die Natur, wie sie sich uns zeigt, auf uns wirken. Wenn man zur Ruhe kommt, tauchen Erinnerungen und Geschichten auf. Man erinnert sich an unscheinbare Ereignisse, die einem geprägt und berührt haben. An den Abenden werden wir einander am Feuer diese Erlebnisse und Geschichten erzählen. Einfache Übungen, Rituale, Trommel und Rassel helfen uns, die richtigen Worte zu finden und mit ganzem Herzen zuzuhören.



Neben den alltäglichen Arbeiten, wie Kochen, Holzen usw. werden wir während des Tages einzeln und in Gruppen in der Natur, Zugang zu unseren Geschichten finden und neue unbekannte Seiten von uns entdecken. Wir erleben, dass unsere Einzigartigkeit durch den Schutz und die Geborgenheit der Gemeinschaft sichtbar werden kann.

Es werden maximal 6 Personen teilnehmen können.

Kursleitung
Stephan Schüepf

Kosten
Kurskosten Fr. 470.–
Kost & Logis Fr. 230.–

Kursort
Alp im Gurnigelgebiet

Kursdatum 2020
13.–17. Juli

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. Wie gelingt es uns im Alltag die Stimme der Seele wahrzunehmen und in Übereinstimmung mit ihr mit Freude durch das Leben zu wandeln? Unter anderem haben wir geplant, mit dem Geistführer aus der oberen Welt Kontakt aufzunehmen.



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

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

Kursdatum 2020
30. August–5. September

Kursort
Casa Felicina, Centro d'Ompio, Italien

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.

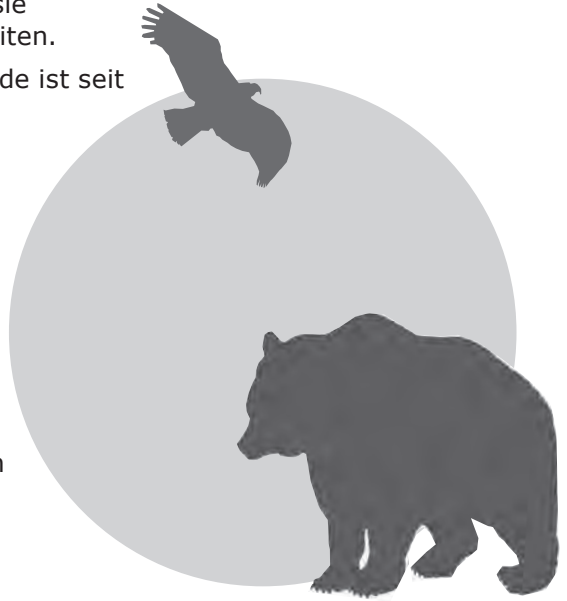
Mit Hilfe der Trommel und schamanischen Trancetechniken begeben sich mich auf eine innere Reise, um die Seelenanteile zu suchen, mit ihnen zu verhandeln und sie in den Körper zurück zu begleiten.

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.



Einzelsitzung
mit Stephan Dubach

Kosten
Fr. 350.–

Ort
Praxis Onyx
Talbrünnliweg 21
3098 Köniz

Termine direkt
mit Stephan Dubach
vereinbaren:
079 212 26 09



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 Schüepf

Sozialarbeiter FH, Supervisor und Organisationsberater BSO.

Zerifikat 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



Ab Bahnhof Bern: mit Bus Nr. 10 Richtung «Köniz Schliern» bis Station «Brühlplatz»

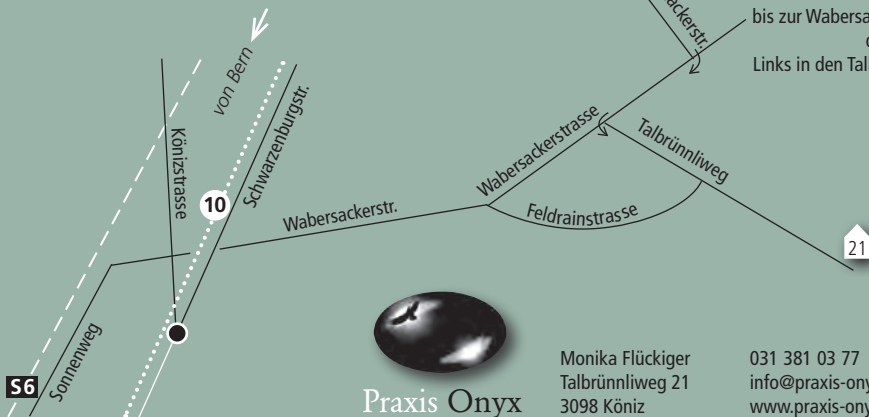
10

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 Bündenerstrasse 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