



# Praxis Onyx

2025

Beratung  
Therapeutische Begleitung  
Intensive Workshops



*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. Stanislaw 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 Entwicklungstrauma nach Dr. Laurence Heller.



Buch: *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.

> [Buch bestellen](#)

# Seminare und therapeutische Begleitung

Die Konzentration meiner Kräfte auf ein schlankeres Programm der Praxis Onyx hat sich bewährt.

Die *Visionssuche* liegt uns nach wie vor sehr am Herzen. Einfach, kräftig und herausfordernd verbindet sie schnell mit der Wildnis in der Natur und in uns. Viele Teilnehmende haben entdeckt, dass es sich lohnt, sich Zeit zu nehmen für Entscheidungen, persönliche Fragen und Neuorientierungen. Manche kommen jährlich wieder.

Das *Holotrope Atmen* werde ich im nächsten Jahr an zwei Atemtagen anbieten. Die Atemtage sind vor allem für Teilnehmende geeignet, die diese Methode bereits kennen.

Während ich mir überlege, die Webseite in absehbarer Zeit aufzulösen, befasst sich Stephan Dubach mit einer eigenen Webseite und neuen Angeboten.



## **Einzelbegleitung**

In vielen Lebenssituationen hilft eine Beratung oder eine therapeutische Begleitung weiter. Ich biete die Einzelbegleitung jetzt vor allem punktuell für Menschen an, die bereits in irgendeiner Form bei mir waren. Ich arbeite mit verschiedenen Methoden. Dadurch sind unterschiedliche Zugänge zu den Themen und inneren Ressourcen möglich.

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 Be-  
• wusstsein. 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 Schwan-  
• gerschaft, nach Operationen, bei Herz- und  
• Kreislaufproblemen, Epilepsie, Asthma,  
• Bluthochdruck, Aneurysma, Glaukom und  
• bei psychiatrischen Krankengeschichten.  
• Bei Unsicherheit bitte nachfragen.

• Kursleitung: Monika Flückiger  
• Kursdaten 2025: 12. April Atemtag  
• 18. Oktober Atemtag  
• Kurskosten: je Fr. 200.–  
• Kursort: Talbrännliweg 21, 3098 Köniz  
• Anmeldung: <mailto:info@praxis-onyx.ch>  
• Literatur: Stanislav Grof & Christina Grof:  
• Holotropes Atmen. Nachtschatten-  
• verlag, 2022 > [Bestellung](#)

## Ein Weg zur Zentrierung auf das Wesentliche

Die Visionssuche ist ein kraftvolles Heilritual und eine spannende Herausforderung. 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 2025: 14.–20. Juni Visionssuche

4. Juni 19 Uhr Vorbereitungsabend

Kosten:

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

Kursort:

Basis ist eine Alp im Gurnigelgebiet.

Anmeldung:

<mailto:info@praxis-onyx.ch>

Literatur:

S. Koch-Weser & G. v. Lüpke, Vision Quest. Allein in der Wildnis auf dem Weg zu sich selbst. Klein Jasedow, 2015. > [Bestellung](#)

# 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 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.

Termine: direkt mit ihm vereinbaren.

Mobile: 079 212 26 09

Kosten: Fr. 350.–

Ort: Praxis Onyx, Talbrännliweg 21,  
3098 Köniz

# Externe Kursleiter



## Stephan Dubach

Dipl. Architekt FH und Biologe • Ritualausbildung im Zentrum für Schamanisches Wissen • Visionsuche- und Schwitzhüttenleiter • Ausbildung zum Feuerläufer. Mehrere Jahre Leitung von erlebnispädagogischen Projekten • Seit vielen Jahren Ko-  
leitung in prozessorientierten Workshops mit Monika Flückiger • Verheiratet, Vater von zwei Söhnen • Mail: [info@stephandubach.ch](mailto:info@stephandubach.ch) •  
Tel: 079 212 26 09



## Stephan Schüepp

Sozialarbeiter • Supervisor («Supervision als Kunst») • Organisationsberater • Weiterbildung in ressourcenorientierter Persönlichkeitsentwicklung (Trigon Institution Graz) • Zertifikat Lebenserzählungen und Lebensgeschichten (Universität Freiburg) • Ehemann von Monika Flückiger. Mail: [st.schuepp@bluewin.ch](mailto:st.schuepp@bluewin.ch) •  
Tel: 079 301 05 44, 031 381 03 77

# Anreise

Ab Bahnhof Bern: mit Bus **10**

Richtung «Köniz Schliern» bis Station «Brühlplatz»

Zu Fuss entlang der Wabersackerstrasse, dann

Feldrainstrasse zum Talbrünnliweg (ungefähr 10 Minuten Fussweg).

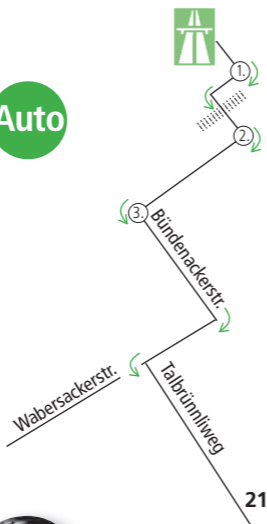
Oder: Ab Bahnhof Bern mit S-Bahn **S6**

Richtung Schwarzenburg bis Station «Köniz»

Zu Fuss entlang dem Sonnenweg, dann wie oben.



## Auto



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.



## Mein Lichtblick

> Spirituell-systemische Aufstellungsarbeit



> Massgeschneiderte Touren  
in der Kanadischen Wildnis



> Mediale Seelenbilder



> digidrum: Instrumente mit Seele



> Klangmassage nach Peter Hess