



Newsletter November

ÜBERBLICK

| WAS | WANN | WO | WIE(VIEL) |
|---|----------------------------|-----------------|---|
| WORKSHOP - ganztägig - zum INNEREN KIND | Sa., 21.11. 9 – 19 Uhr | Riedweg 49, Ulm | Eur 120,- mail@praxispfaffenzeller.de |
| GFK-Übungsabend | Di., 01.12. 18 – 20 Uhr | Riedweg 49, Ulm | Eur 10,- mail@praxispfaffenzeller.de |
| Aufstellungs- abend | Fr., 11.12. 18 – 21 Uhr | Riedweg 49, Ulm | Eur 20,- mail@praxispfaffenzeller.de |

„Wo bist Du?“

Die Suche nach dem Menschen, der mich vollständig erfüllt

Ich kenne Dich, Du bist mir altvertraut.

Bei Dir da spür ich mich, da fühle ich mich angeschaut.

Wo bist Du nur? mir ist so kalt. Habe ich Dich verloren?

Das Licht ist aus, ich bin alleine - ich hab' mich verloren.

Wo find' ich mich, wo geht's nun hin?

Es gibt nur diesen einen Weg: Dich suchen, bis ich angekommen bin.



Der momentane Zustrom an Zwillingsthemen hat mich dazu aufgerüttelt, zu diesem teils noch unbekanntem oder verkannten Thema noch einmal aufzuklären:

Die Amerikanerin Elizabeth Noble, eine führende Kapazität auf dem Gebiet der vorgeburtlichen Psychologie, geht in ihrem Buch ‚Having Twins‘ davon aus, dass der Anteil von zwei oder mehr befruchteten Eizellen zu Beginn der Schwangerschaft zwischen 30 und 80 Prozent liegt. Das würde bedeuten, dass mindestens **jeder dritte** zu Beginn der Schwangerschaft nicht alleine im Mutterleib war.

Einer der Zwillinge stirbt oft unbemerkt aus vielerlei Gründen (z.B. ‚vanishing twin syndrome‘).

Mediziner, die Zwillingsschwangerschaften beobachtet und dokumentiert haben, berichten von einer Schock-Starre, in die der überlebende Zwilling verfällt, sobald sein Geschwister stirbt. Der übrig gebliebene Embryo zieht sich in eine Ecke im Mutterleib zurück und hört für einige Wochen sogar auf zu wachsen.

Dieser Verlust hat seelische Folgen (Ausschnitt aus der Forschungsarbeit auf www.alleingeborener-zwilling.de):

„Eine wesentliche Folge dieses Verlusterlebnisses im Mutterleib ist das Gefühl sich nicht ganz zu fühlen, verbunden mit einer unendlich tiefen Einsamkeit und Traurigkeit. (...) Es scheint, dass der erste und vielleicht wichtigste Schritt ist, das Trauma des Zwillingeverlustes ans Licht zu bringen. Ein zweiter wichtiger Schritt ist auf jeden Fall, diesem verlorenen, vergessenen Teil einen Platz zu geben.“

Falls Du herausfinden möchtest, ob Du selbst betroffen bist, dann lies weiter.
Falls nicht, dann überspringe die nächste Seite!



Fragen, die Du Dir selbst stellen kannst:

- Fühle ich mich nicht ‚ganz‘ und auf einer ewigen Suche? (z.B. alles perfekt machen und zu Ende bringen wollen um sich endlich ‚fertig/ vollständig‘ zu fühlen, Sehnsucht nach dem Ausland, der Partner ist nie der richtige oder ich finde erst gar keinen passenden, spirituell auf der Suche sein,...)
- Lebe ich für zwei? (z.B. zwei berufliche Standbeine, doppelte Kleidung/ Essen kaufen, doppelt so hart arbeiten wie andere, ...)
- Fühlt sich mein Leben traurig, sinnlos, leer, einsam und kontaktlos an, obwohl ich unter (lieben) Menschen bin?
- Habe ich manchmal keine Ahnung warum ich mich schlecht fühle, weil mein Leben eigentlich gut läuft und meine Herkunftsfamilie ok ist?
- kenne ich unerklärbare Schuldgefühle? (z.B. Gewinn/ Glück sofort an andere ‚abgeben‘ oder gerecht teilen müssen(!), Helfersyndrom, Minderwertigkeitsgefühle)
- Leide ich unter psychosomatischen Symptomen wie Herzrasen, Panik, Schwindel, Engegefühle, ...?
- Habe ich einen starken Hang zur ‚anderen‘ Welt? (z.B. zur Seelenebene, zum Tod, zu Intuition – nicht-fassbare Energien wahrnehmen, ...)
- Habe ich unerklärbare Verlustängste? (z.B. ständige Auseinandersetzung mit dem Thema ‚verlassen werden‘ und/ oder sterben)
- Habe ich ein distanziertes Verhältnis zur Mutter oder fühle mich meiner Familie nicht richtig zugehörig („schwarzes Schaf“)

die Klärung Deines Zwilling-Themas kann eine Chance sein, sehr alte „Steine“ aufzulösen.

Mögliche innere und äußere Veränderungen:

- langfristige und erfüllende Beziehungen können gelebt werden
- man fühlt sich in der eigenen Wohnung angekommen
- man findet den richtigen Job bzw. ist nicht weiter auf der Suche nach dem richtigen Job
- man fühlt sich nicht mehr vom Leben überfordert sondern bereichert
- ‚seltsame‘ Körpersymptome lösen sich auf
- das Verhältnis zur Herkunftsfamilie wird inniger und friedlicher

Petra Pfaffenzeller
Heilpraktikerin



Wenn Du Dich hier angesprochen oder bewegt fühlst und Unterstützung oder Klarheit brauchst, dann rufe mich (oder einen Therapeuten Deines Vertrauens) gern unverbindlich an. Das Thema kann viel aufrütteln und muss nicht mit sich selbst ausgemacht werden ;))

Herzliche Grüße,
Eure Petra

WORKSHOP „inneres Kind“

Sa., 21.11. 9 - 19 Uhr

freie Mittagspause 12 – 13.30 Uhr

Riedweg 49, Ulm, Kosten: Eur 120,-

der Workshop besteht aus praktischen Übungen und findet in der geschützten Atmosphäre meiner Praxis statt, in einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter (4-6 Personen).

Mein inneres Kind...

Mein Weinen, meine Ängste, meine Panik, meine Einsamkeit und mein Trotz
Mein Jauchzen und Lachen, mein Eifer, mein Prickeln, mein Vertrauen und mein Hingeben ins Leben und in die Liebe

Du lernst Dein inneres Kind kennen

...als wertvoller Träger Deiner Selbstliebe und Neugier aufs Leben
...als wichtiger Anzeiger dafür, dass Grundbedürfnisse zu kurz kommen
...als Kraftquelle (statt als schwächende Blockade?)

Du bekommst Werkzeuge, um Dein inneres Kind

...(an) zu hören und zu schützen
...vom erwachsenen Selbst zu unterscheiden
...gut zu versorgen, mit dem was es braucht
...im Leben willkommen zu heißen!

Zum Workshop gehört eine kleine Aufstellung, in der das ganz individuelle Kind-Thema bearbeitet werden kann.

Anmeldung: 0177-3267278 oder mail@praxispfaffenzeller.de

Petra Pfaffenzeller
Heilpraktikerin



GFK-Übungsabend

Di., 01.12. 18 - 20 Uhr

Im Riedweg 49, Ulm, Kosten: Eur 10,-

Voraussetzung: Kenntnis über die 4-Schritte

Willkommen im Giraffencafé

wir üben GFK ☺ (4-Schritte, Empathie, Ärgerprozess, Verständnisohren, ...)

Anmeldung: 0177-3267278 oder mail@praxispfaffenzeller.de

Aufstellungs-Abend

Fr., 11.12. 18 - 21 Uhr

Kosten: Eur 20,-

Ort: Praxis im Riedweg 49, 89081 Ulm

Aus dem letzten Aufstellungsabend in diesem Jahr, möchte ich mit Euch mit der Energie der „Wunder“ schicken und freue mich auf ein festliches Miteinander ☺

offener Abend!

... um Aufstellungen zu erfahren und um Lösungen zu finden!

experimenteller Parcours (für jeden) zum Thema **Wunder und eine Aufstellung** (nach Punktesystem)

zum eigenen individuellen Thema

Anmeldung: 0177-3267278 oder mail@praxispfaffenzeller.de