

Das Vergebungsseminar beschäftigt sich mit einer Anleitung anhand der Bibelgeschichte des „verlorenen Sohnes“ Lukas 15,11-22 zu Beginn mit negativen Gefühlen, wie Groll, Rache, Hass, Bitterkeit, Grübeleien, Rechthaberei u. Erwartungen (dies sind Nicht-Vergebungsmarker), die sich dann verwandeln können in der Vergebungsarbeit als innerer Prozess, der Ruhe, Wohlgefühl, Lebendigkeit und Freude mit innerem Frieden bewirken kann.

Bitte Notizblock, Stifte und 12-Schritte-Literatur mitbringen  
Wir benutzen die Bibelgeschichte als Wegweiser

**Veranstaltungsort:**

**Kosten: 150,00 €**

**Bankverbindung:**

Dr. Marita Conrady

Kontonummer: DE56 7016 9509 0000 2000 42

BIC: GENODEF1PEI

Bank Raiffeisenbank Peiting

**Verwendungszweck:** Vergebungsseminar 6.5. – 7.5.2018

**Leitung:**

Dr. med Marita Conrady

Bahnhofstr. 36

86971 Peiting

Tel 08861-6115

email: info @dr-conradty.de

Stefan Zöller Dipl. Psych. PT

Mühlweg 5

86935 Rott am Lech

szoeller@gmx.de

Jeder erhält eine Unterlagenmappe mit Auszügen aus der empfohlenen Literatur:

**Henri Nouwen:** Nimm sein Bild in Dein Herz Herderverlag

**K. Stauss:** Die heilende Kraft der Vergebung, Kreuzverlag

**Freitag, 24.05.19:**

ab 14.00 Uhr  
15.00 Uhr bis 18.00 Uhr  
18.00 Uhr  
19.00 Uhr bis ca 22.00 Uhr

Ankommen  
Einführung in das Thema  
Abendessen  
Arbeit am Thema Vergebung

**Samstag, 25.05.19:**

09.30 bis 13.00 Uhr  
13.00 Uhr  
15.00 Uhr bis 18.00 Uhr  
18.00  
19.00 Uhr bis ca 22.00 Uhr

Gruppenarbeit  
Mittagessen  
Gruppenarbeit am Thema  
Abendessen  
Gruppenarbeit und  
Schreiben der Vergebungsbriefe

**Sonntag, 26.05.19:**

09.30 Uhr  
13.00 Uhr

Abschlussrunde mit Ritual  
Mittagessen und Verabschieden

Hannah Ahrendt : „Vergebung ist ein Akt der Freiheit“.

Zu vergeben bedeutet eine Arbeit an erlittenen Beziehungsverletzungen mit dem Ziel der Heilung und der „Entgiftung des Herzens“. Diese verinnerlichten Beziehungsverletzungen (Introjekte) können auch sehr lange nach den tatsächlich erlittenen Verletzungen in uns selbst weiter wirken. Zum einen richten sich die Introjekte gegen uns selbst, indem man sich selbst so behandelt, wie man vom Täter behandelt wurde. Zum anderen durch Projektion auf andere Personen, denen dann Eigenschaften des ursprünglichen Täters zugeschrieben werden oder man sieht sich durch andere Menschen entsprechend behandelt.

Wir sind alle Teil einer „beziehungsranken Welt“, in der bewusste und unbewusste Verletzungen anderer Menschen häufig Bestandteil des miteinander Umgehens“ sind.

Im Vergebungsprozess ist es möglich sich von „der Last der Nichtvergebung“ zu befreien und um eigene quälende Gefühle der Bitterkeit, der Verletzungen zu innerem Frieden zu verwandeln. Vergeben ist dabei unabhängig von der Zustimmung des Täters, während Versöhnung eine beidseitige Zustimmung erfordert.

Häufigste Vergebungsthemen sind erlittene Beziehungsverletzungen durch Eltern, Ehepartner sowie berufliche Vorgesetzte. Jede Art der Gewaltanwendung, „Beziehungsgewalt“ oder auch äußere Gewalt, Terror, kann Gegenstand der Vergebungsarbeit sein.

Hinweise, dass eine Vergebungsarbeit angebracht wäre, sind anklagendes Verhalten, anhaltend negative Gefühle gegenüber einer Person, intensives Erleben belastender Gefühle (gerade auch bei lange zurückliegenden Verletzungen), auch Verbitterung gegenüber einer Person. Der Wunsch zu vergeben reicht aus, um die Arbeit zu beginnen. Um eine Verwandlung der Gefühle und eine wirkliche innere Vergebung zu erreichen bedarf es aber eines tiefeschürfenden inneren Prozesses.

Einladung  
zum Wochenend-Seminar

## „Verlorener Sohn“ als Vergebungsanleitung

24. Mai. – 26. Mai 2019  
AWO Zentrum, Karmelitergasse 2  
86956 Schongau

