

## „Primal Painting“

### Einzel-Coaching und Kleingruppenkurse

**Bilder durch die inneren 5 Wandlungen entstehen lassen und wandeln  
Prozessorientierte, heilende und kreative Persönlichkeitsentfaltung**

**Daten: jährlich jeweils zwischen Weihnachten und Neujahr drei Tage und  
durchs Jahr individuell auf Anfrage**



Menschen suchen im Leben Glück und Zufriedenheit und die Verwirklichung ihrer Potentiale. Was hilft uns in schwierigen Lebenssituationen, wenn wir feststecken? Wie entfalten wir unsere Kreativität und unser spirituelles Wachstum? Ich habe Primal Painting in den 80igern kennengelernt, wo ich es damals als Mitglied der Findhorn Gemeinschaft in Schottland bei einer Holländerin persönlich lernen durfte. Inzwischen habe ich es weiterentwickelt und mit den 5 Wandlungen der TCM sowie mit dem Spiel der Wandlung – The Transformation Game verwoben. Im Einzel-Coaching erhalten Sie therapeutische, einfühlsame Begleitung.

#### **Kursinhalte und Kursziele**

Sie lernen den philosophischen Hintergrund der 5 Wandlungsphasen aus der traditionellen Chinesischen Medizin kennen. Im Malprozess ,mit Pinsel und Couachefarben auf Papier, erleben Sie, wie sich nährnde, kontrollierende, stagnierende oder zerstörende Dynamiken ihren Weg durch Ihr Bild, wie auch durch Körper, Gefühl und Geist suchen. Es geht um die Selbstfürsorge und das Annehmen Ihrer Einzigartigkeit. Transformationsprozesse werden mit Musik und Naturspaziergängen gefördert. Am Ende entsteht „DAS BILD“, welches Sie nach Hause mitnehmen. Aber alles verrate ich hier nicht. In den Kursen werden die Teilnehmer durch fürsorgliche Aufmerksamkeit von mir und der Gruppe mitgetragen. Im Einzel Coaching unterstütze ich Sie auf Ihrem Weg hin zu Ihrem „Lebens-Künstler“.

#### **Wann und wofür**

Diese Kunst von Prozessarbeit mit Farben, Pinsel und Formen wird für Standortbestimmung, Visionsarbeit, in der Konfliktlösung und für Heilung eingesetzt. Primal Painting kann auch biografisch genutzt werden und Menschen in allen Lebensphasen zur Verarbeitung traumatischer Erlebnisse helfen.

**Essential 5** – Das Wesentliche erleben und lebenslang lernen - ganzheitlich, energetisch, praxisnah -  
Lassen Sie sich begeistern und melden Sie sich heute noch an!

**Herzlich, Verena Bauer**

[www.verenabauer.ch](http://www.verenabauer.ch), [verena.bauer@essential5.ch](mailto:verena.bauer@essential5.ch), Telefon 0041 (0) 79 795 02 46

**Ort und Zeiten** Weisslingen / ca. 20 Stunden verteilt auf drei Tage und Abende, intensive geschlossene Kleingruppe, Übernachtung in der Kurswohnung für einen Beitrag möglich  
Das Einzel Coaching geht über einen gemeinsam zu bestimmenden Zeitrahmen..

**Kursleitung** Verena Bauer, Dipl. Zen Shiatsu Körpertherapeutin und Ausbilderin SVEB, Meditations-Lehrerin, Kunstschafterin, Transformation Game und Primal Painting Facilitator

**Investition** Kurs: Fr. 540.- inkl. Material  
Verpflegung in der Kursküche, Übernachtung in der Praxis Fr. 38.-  
Einzel-Coaching: Man rechne 6 x 90 Minuten zu Fr. 160.- Begleitung in der Praxis

Verena Bauer, Grabenwiese 8, CH-8484 Weisslingen, 079 795 02 46, [verena.bauer@essential5.ch](mailto:verena.bauer@essential5.ch),  
[www.essential5.ch](http://www.essential5.ch)

Bankverbindung: Clientis, Zürcher Regionalbank, PC-30-38225-3, IBAN CH59 0685 0016 6763 4280 1