

### **Anmeldung**

Ich melde mich hiermit verbindlich zum AIM-Seminar *Für mich soll's rote Rosen regnen* vom 09.-11. November 2018 in Nürnberg an. Mir ist bewusst, dass die Arbeit mit AIM kein Ersatz für medizinische oder psychiatrisch-/therapeutische Behandlung ist und ich in Selbstverantwortung daran teilnehme.  
Die Anzahlung von € 25 o habe ich beigelegt / o überweise ich nach Erhalt der Bankdaten.

Name .....

Straße, Nr. ....

PLZ/Ort .....

Telefon .....

Email .....

Das Seminar wurde mir empfohlen durch:

.....

.....

Datum, Unterschrift

Storno-Regelungen:

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir bei einem Rücktritt vom Seminar bis 14 Tage vor Beginn die Anmeldegebühr einbehalten. Bei einem späteren Rücktritt wird die gesamte Gebühr fällig, wenn nicht ein anderer Teilnehmer den Platz übernehmen kann.

### **Anmeldung**

Sabeth Kemmler  
Trachenberggring 8, 12249 Berlin



### **Seminarleitung**

Leitung: Sabeth Kemmler, Gründerin von AIM

### **Zeiten**

Freitag, 09.11. 19.30-21.30 Uhr  
Sonnabend, 10.11. 10-13.30 und 15-19.30 Uhr  
Sonntag, 11.11. 10-13 und 14-16 Uhr.

### **Ort**

Yogastudio, Hagenstr. 9, 90461 Nürnberg  
www.yoga-im-blauen-haus.de  
Bitte bequeme Kleidung tragen und für die Pausen etwas zum Essen mitbringen. Wir verpflegen uns selbst.

### **Kosten**

225,- € bei Anmeldung bis 14 Tage vor Beginn, danach 285,- €. (Die Anzahlung von 25,- € wird mit dem Gesamtpreis verrechnet.)  
Es gibt eine Anzahl ermäßigter Plätze für Geringverdienende.

### **Information**

Sabeth Kemmler, Tel. 030 / 7755 665  
kemmler@aiminternational.de  
www.aiminternational.de

### **Anmeldung**

Anmeldung bitte online oder mit nebenstehendem Anmeldeformular an:  
Sabeth Kemmler, Bosestr. 40, 12103 Berlin.  
Die für die Anzahlung nötigen Bankdaten schicken wir Ihnen zu.

### **AIM-Einzelsitzungen in Nürnberg**

- Michael Kusche, Tel. 0911/2850 330,  
www.aimnuernberg.de  
- Rike Ließfeld, Tel. 0911/9828 1714,  
rike.liessfeld@posteo.de

## „Für mich soll's rote Rosen regnen“



### **Liebevolle Beziehungen führen**

9.-11. November 2018, Nürnberg  
Sabeth Kemmler

## „Für mich soll's rote Rosen regnen ...“

Dies ist ein Wochenende für Menschen,

- die viel mehr Liebe wollen
- die bereit sind, etwas dafür zu tun
- die anderen nicht mehr weh tun möchten
- die verstehen wollen, was schief läuft und was sie tun können

Liebesgeschichten, Freundschaften, meine  
Beziehung zu mir selbst: alles Baustellen?

Was kann ich tun - Will ich meine Liebe zeigen  
können, ohne auf Gegenleistung zu pochen?

Oder im Gegenteil: Muss ich endlich wagen, zu  
dem zu stehen, was ich für mich möchte?

Mache ich mich zu abhängig? Oder bin ich zu  
selbständig, um nicht zu viel Nähe zu riskieren?

Habe ich mich überhaupt selber gern?

Dieses Seminar ist darauf ausgelegt, die  
grundlegenden Beziehungsfähigkeiten zu  
verstehen, zu entwickeln, und Blockaden  
schrittweise aufzulösen.

Unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer  
bestätigen das schnelle Erlernen der Methodik,  
direkten Nutzen für den Alltag und einen  
deutlichen Zuwachs an Liebe und Lebendig-  
keit. Herzlich willkommen!



Ursula Günther/aboutpixel.de

### **Seminarinhalt**

- Den Kontakt zu sich selbst vertiefen
- Die verschiedenen Beziehungsfähigkeiten verstehen und wie sie zusammenspielen
- Die aktuellen eigenen Lernschritte erkennen
- Schmerzliche Beziehungserfahrungen verarbeiten
- Die eigene Fähigkeit, Glück zu erleben, entwickeln
- Beziehungen verbessern, je nach Wunsch:
  - zu mir selbst
  - zu meinem Partner, meiner Partnerin
  - zu Freunden und Familie
  - zu meiner höheren Macht, so wie ich sie verstehe
- Auf Wunsch: sich für eine neue Beziehung öffnen
- Viele Übungen zur Selbstanwendung

### **Die Methode**

AIM, Schule für Achtsamkeit und emotionale Kompetenz, wurde 2010 von Sabeth Kemmler gegründet.

Die Methode AIM, *Awareness of Inner Movement*, umfasst Achtsamkeitsübungen, Atemarbeit, Entspannungstechniken, die Schulung der Wahrnehmung und des Körperbewusstseins sowie ausgewählte Techniken der Persönlichkeitsentwicklung.

Die Methode arbeitet auf verschiedenen Ebenen:

Seelisch-/ emotionale Ebene: AIM reduziert Stress. Gefühle wie Wut, Angst, Hilflosigkeit oder Trauer können leichter verarbeitet werden. Eine unbewusste Ablehnung dagegen, glücklich zu sein, lässt sich schrittweise auflösen.

Körperliche Ebene: AIM belebt den ganzen Körper. Die seelischen Anteile körperlicher Probleme können bewusst und Selbstheilungskräfte aktiviert werden.

Verstandes-Ebene: Selbstschädigende Denkgewohnheiten können erkannt und schrittweise aufgegeben werden. Das Denken wird kreativer und intelligenter.

Ebene des Verhaltens: Mit unbewusstem Denken und Fühlen verknüpftes Verhalten wird ins Bewusstsein gehoben, so dass wir es verändern können.