

## Seminarort

Obfalken 2

6030 Ebikon / Schweiz

Gut erreichbar mit ÖV oder Auto.

## Zeit und Kosten

3-Tagesseminar

Freitag von 15:00 bis 20:00 Uhr

Samstag von 10:00 bis 18:00 Uhr

Sonntag von 10:00 bis 15:00 Uhr

CHF 550.00 (inkl. Wasser und Snacks)

## Übernachtungsmöglichkeiten

In der Umgebung gibt es verschiedene Möglichkeiten

Übernachtungsmöglichkeiten wie

B&B, Landgasthof, Hotels und

Campingplätze.

## Anmeldung

Kontakt für weitere Informationen und Fragen:

Anne Petersen:

Mobil: +49 178 878 78 49

Ruedi Eggerschwiler:

Mobil: +41 79 387 05 07

Anmeldung:

[info@nellesinstitut.ch](mailto:info@nellesinstitut.ch) oder

[www.nellesinstitut.ch/agenda](http://www.nellesinstitut.ch/agenda)

oder direkt hier:



**NELLESINSTITUT**

SCHWEIZ

PHÄNOMENOLOGISCHE PSYCHOLOGIE  
LEBENSINTEGRATIONSPROZESS  
AUFWELLUNGSSARBEIT

# Trauma, Illusion und Spiritualität

Aufstellungsseminar mit  
Thomas Gessner



3-Tagesseminar mit

Thomas Gessner

25. bis 27. Juli 2025

im Obfalken 2 in Ebikon

„Die momentane Gegenwart, das Jetzt, ist das Sicherste, was wir haben.“

Thomas Gessner

Trauma ist ein Überlebensmechanismus, mit dessen Hilfe wir in der Lage waren, ein vergangenes Ereignis, etwa einen Unfall, eine Gewalttat, einen Krieg oder eine Naturkatastrophe zu überstehen und danach weiterzuleben. Ein Trauma lässt uns in ähnlichen Situationen (Triggern) heute genauso wie damals reagieren, obwohl sich die Situation heute nur so anfühlt, als ob sie bedrohlich wäre. So versucht das Trauma, uns erneut zu retten. Es ist eine Leistung des Traumas, die Bedrohung von damals in uns wachzuhalten, um bei vergleichbaren Bedrohungen unser Überleben zu sichern. Körper und Psyche beginnen dabei Symptome zu bilden, die uns mit der damaligen Erfahrung in Kontakt bringen: man schläft schlechter, bekommt Beziehungsstress, Bluthochdruck, oder wird ernsthaft krank.

Und: Wo Trauma ist, sind auch Ressourcen. Die Ressourcen, sind uns bei einem Trauma zugewachsen, denn wir leben ja noch. Um sie erschließen zu können, müssen wir begreifen, dass wir überlebt haben und dass die Gefahr von damals vorüber ist. Unsere Narben bezeugen dies. Dieses Begreifen betrifft uns ganz, also das Somatische, das Emotionale und das Gedankliche.

Was geschieht dabei und wie können wir das Begreifen unterstützen? Es braucht einen sicheren Ort, um die gefühlte Bedrohung als Illusion aus dem Damals wahrnehmen zu können. Dieser Ort ist die momentane Gegenwart, das Jetzt. Es ist das Sicherste, was wir haben. Hier kommt die Spiritualität ins Spiel. Erwachsene Spiritualität ist die alltägliche Praxis der Gegenwärtigkeit, als innere Öffnung für das, was gerade geschieht. In der dieser Gegenwärtigkeit können wir mit Aufstellungen in der Perspektive des Lebens-Integrations-Prozesses (LIP) die Distanz zu den damaligen Bedrohungen wahrnehmen und die Anspannung sich in ihrem ganz eigenen Tempo lösen. Die dabei freierwerdenden Ressourcen kommen unserer Lebendigkeit zugute, machen uns innerlich freier und entspannter.

#### Zielgruppe

Menschen jeden Alters,

- ◊ die in sich eine Sehnsucht nach ihrem Potenzial spüren.
- ◊ die in Frieden mit sich und ihrer Biografie kommen wollen.
- ◊ die aus Zustimmung zum Leben, wie es ist, an Lebendigkeit, Gelassenheit und Selbstbewusstsein gewinnen möchten.
- ◊ die Menschen auf ihrem Weg beratend begleiten.

Dozent

Thomas Gessner



Dipl.-Theologe,  
Lehrtherapeut und  
Weiterbildner für  
Systemaufstellungen  
(DGfS), Berater, Autor  
Halle an der Saale

[www.gessner-aufstellungen.de](http://www.gessner-aufstellungen.de)

Thomas Geßner praktiziert und lehrt phänomenologische Aufstellungsarbeit, Lebens-Integrations-Prozess (LIP nach Nelles) und Beratung. Methodisch liegt sein Fokus auf der Unterscheidung des relativ Sicheren «Jetzt» eines Menschen von seinem vielleicht bedrohlichen «Damals», inhaltlich darauf, was das Leben gerade von uns will und wie wir dem folgen können. Um seine Arbeit deutlicher sehen zu können, schreibt er darüber.