



## Deine Seele ist wie eine Rose...

Um sich zu öffnen,  
braucht sie vier Gewissheiten:

Ich darf da sein...  
Ich bin richtig, so wie ich bin...  
Ich bin es wert, geliebt zu werden...  
Ich darf mich schützen...  
(mit Dornen!)

Um erblühen zu können,  
braucht sie dann jemand,  
der sie an das erinnert,  
was sie im Innersten  
schon immer wußte.



## Seminar-Termine 2026

**DO 12. März 2026** 09.30 Uhr bis ca. 18.00 Uhr

**FR 04. Sept. 2026** 09.30 Uhr bis ca. 18.00 Uhr

**SA 07. Nov. 2026** 09.30 Uhr bis ca. 18.00 Uhr

**Ort** Dojo Pavillon Würzenbach,  
Kreuzbuchstrasse 42, Luzern

### Seminarkosten:

Fr. 350.- (mit eigener Aufstellung)  
Fr. 150.- (ohne eigene Aufstellung)

*>> Wer sich anmeldet mit Aufstellung, kann eine Person kostenlos mitnehmen!*

*>> Wer sich während des Seminars spontan für eine eigene Aufstellung entscheidet, bezahlt den Aufpreis zur Teilnahme samt Aufstellung.*

**Info/ Anmeldung:** [www.lebensgrund.ch](http://www.lebensgrund.ch)

Barbara Lehner, Obergrundstrasse 65,  
6003 Luzern, Tel.: 041 310 98 51,  
076 574 67 14, M: [lehner@lebensgrund.ch](mailto:lehner@lebensgrund.ch)

**Weitere Infos:** [www.e-r-langlotz.de](http://www.e-r-langlotz.de)



## In der Klarheit liegt Kraft



## Systemische SELBST-Integration

nach Dr. E.R. Langlotz



**DIE GRENZE**

Die Grenze ist das Grundprinzip des Lebens und ermöglicht Abgrenzung zur Umgebung, aber auch Austausch. Es entsteht ein Raum mit einem eigenen "inneren Milieu", das sich von dem der Umgebung unterscheidet. Das ist Voraussetzung für die eigene Identität.

### **GRENZE UND SELBST**

Dem Schutz der Grenze dient die Fähigkeit, sich für sich zu wehren, sich abzugrenzen. Dies hält den inneren Raum frei von Fremdem, so daß sich das "Selbst" entwickeln kann: Eine eigene Identität, mit eigener Erinnerung, eigener Wahrnehmung und dem Zugang zu den eigenen Gefühlen, Wünschen und Bedürfnissen. Dadurch wird Orientierung und Autonomie, Wachstum und Entfaltung möglich.

### **VERLUST DER GRENZE UND SELBST-ENTFREMDUNG**

***Durch Verletzungen, durch Gewalt oder Verlust, meist in der Kindheit, wird der Selbst-Schutzreflex beeinträchtigt oder blockiert. Meist entsteht ein verinnerlichtes unbewußtes Abgrenzungsverbot.***

Die Grenze darf oder kann nicht mehr geschützt werden und löst sich auf.

***Dies führt zum Verlust des eigenen inneren Raumes, der von Fremdem überflutet wird. Damit geht die Verbindung zum eigenen Selbst verloren,*** die Identität, der Zugang zu den eigenen Gefühlen, Wünschen und Bedürfnissen, damit die Orientierung, die Selbst-Organisation, die Autonomie. Stattdessen entsteht zunehmend Selbst-

Entfremdung, Identitätsverlust, Desorientierung, Verlust der Autonomie.

***Das erzeugt Stress in Beziehungen, führt zu Überidentifikation mit der eigenen Arbeit und Burnout, Depressionen, psycho-somatischen Erkrankungen.***

### **SYMBIOSE ALS ÜBERLEBENS-STRATEGIE**

Um zu überleben, bleibt den Betroffenen nur übrig, sich nach Fremdem zu orientieren, sich symbiotisch an zu passen. Das eigene Selbst, da es diese Anpassung erschwert, wird als bedrohlich abgewehrt, wird ausgegrenzt, abgespalten. Sie tendieren dazu, sich manipulieren zu lassen und selbst zu manipulieren, sich abhängig zu machen und andere abhängig zu machen.

### **SYSTEMISCHE SELBST-INTEGRATION DURCH ABGRENZUNG**

Mit Hilfe archaischer Rituale ist es möglich, die symbiotische Verschmelzung zu lösen, die blockierte Abgrenzung wieder zu installieren. Die Befreiung des "Inneren Raumes" und die Annäherung an das Selbst gehen dabei im Prozess Hand in Hand. Durch die Verbindung mit dem eigenen "Selbst", den eigenen Gefühlen und Bedürfnissen ist wieder eine autonome Orientierung und Selbstregulation möglich.

***Dieser Prozess setzt Kraft, Fröhlichkeit und Lebendigkeit frei. Schwere, Lähmung, Handlungsunfähigkeit verlieren sich.***

Die **SYSTEMISCHE SELBST-INTEGRATION NACH LANGLOTZ®** versteht sich als eine lösungsorientierte Intensivtherapie, welche Elemente von Systemaufstellung, Gestalttherapie und archaische Abgrenzungs- und Ablösungsrituale verbindet, um die Entwicklung von Selbst und Selbstbestimmung des Klienten zu initiieren.

### **Zielpublikum:**

Das Aufstellungsseminar ist für Personen gedacht, die sich aus symbiotischen Verschmelzungen lösen und zu ihrer eigenen Identität, ihren Gefühlen und Bedürfnissen und damit zu sich selbst finden wollen. Sowie für jene, die die Methodik kennenlernen und erfahren möchten.

### **Weiterbildungsempfehlung:**

***Die gesunde Abgrenzungsfähigkeit ist besonders auch für Berufspersonen hilfreich, die in Beratung, Betreuung sowie in therapeutischen oder seelsorgerlichen Zusammenhängen mit der Thematik von Nähe und Distanz konfrontiert sind.***

### **Leitung:**

Barbara Lehner  
Freischaffende Theologin  
/Seelsorgerin, Trauer –  
Ritualbegleiterin.

ausgebildete  
Therapeutin/ Leiterin  
„SYSTEMISCHER SELBST-  
INTEGRATION nach  
Dr. E. R. Langlotz®



[www.lebensgrund.ch](http://www.lebensgrund.ch)