

Die heilende Kraft des Atems

Sich selbst vertrauen lernen

Es gibt eine Kraft in uns, die weiß, was sie tut. Wenn wir vertrauen, empfinden wir auch Liebe.

Vertrauen ist das Gegenteil von Zweifel und Kontrolle.

Um vertrauen zu lernen, muss ich erst still werden, ganz nach innen hören und dem inneren Impuls aus dem Herzen folgen.

Im VERTRAUEN liegt die Kraft deines Geistes, der die Dinge akzeptiert, wie sie sind.

Vertrauen löst die Angst und heilt.

Was ist Vertrauen für mich? Wie kann ich lernen, mir selbst zu vertrauen?

Was hindert mich daran?

Sich innen tief begegnen und erfahren im Atemprozess, zulassend und annehmend

Der Atem ist ein wunderbarer Begleiter, um uns in den gegenwärtigen Augenblick zu bringen

An diesem Wochenende möchte ich die Möglichkeit geben, die Kraft der Gegenwart – das mich selbst finden - in Form von Atemsitzungen, Kommunikationsübungen und Meditation zu erfahren

Atem und Lebensmuster, sowie Hindernisse können dabei erkannt, erfahren, angenommen und aufgelöst werden

Die Atemsitzung selbst verläuft über ca. 1 Stunde. Die Aufmerksamkeit dabei liegt auf das Einatmen und das Loslassen im Ausatem in Form einem Kreisatmens.

Das bewußte Atmen hilft, das die Lebensenergie wieder freier durch den Körper fließen kann. Die hierbei frei gewordenen Energien lassen einen neuen Lebensimpuls entstehen. Raum für Einsichten und Erkenntnisse werden frei.

Kommunikationsübungen *verhelfen zu mehr Klarheit und Offenheit und verbessern die Beziehungsfähigkeit*

Meridianübungen *regen die Energiebahnen an. Es kommt zu einem angenehmen Energiefluss*



**Verbindliche Anmeldung bis 25.4.2020
Ca. 8 Teilnehmer**

**Termin
26.6.-28.6.2020
Teilnahmebedingungen**

*Bei Rücktritt innerhalb von 2 Wochen vor dem Termin Sorge ich für eine Ersatzperson oder übernehme die Kosten für die Seminaregebühr
Ich trage die Verantwortung für meine Handlungen innerhalb und außerhalb der Gruppe.*

TeilnehmerInnen mit behandlungsbedürftigen Leiden (Asthma, Herzleiden etc.) sollten vor einer Teilnahme mit ihrem Arzt oder Heilpraktiker Rücksprache halten

Ort: Altes Pastorat Neukirchen 84
24972 Steinbergkirche (direkt Ostsee)
Beginn: Freitag, 26.6. 2020 18.00-hr
Ende: Sonntag, den 28.6.2020 ca. 14.00 Uhr

Kosten: Honorar: 200,-€ plus
U=350,- durch Teilnehmerzahl
Plus Verpflegung

Anmeldung:
Marion Reumann
Tel: 0151 87538643 27975 Hürup
Yamini-Christina Stopczyk
04204-5352
01724434288

Seminar.....
Termin:.....

Name.....

Adresse.....

.....

Telefon.....

.

Alter.....

Beruf.....

e.mail.....

**Ich erkläre mich mit den
Teilnahmebedingungen
einverstanden.**

Datum.....

Unterschrift.....

Yamini-Christina Stopczyk
*Heilpraktikerin für Psychotherapie
in Bremen*
*Atemlehrerin für Intuitives Atmen
seit 1985*
*Kommunikationstrainerin in der Kunst
des Zuhörens und Verstehens*
*Leitung von Enlighthment Intensive
Hypnotherapie*
EMDR-Traumatherapie
Bodytalkpraktikerin CBP
Körperarbeit-Trägerpraktikerin
Trainerin für
*Selbstcoachingsystem
und ganzheitlichem
Yoga*
Familienaufstellungen
www.praxis-stopczyk.de

Marion Reumann
Heilpraktikerin

Anleitung der Meridianübungen

DIE KRAFT DES HEILENDEN ATEMS

**Wochenendseminar in
Neukirchen/Ostsee
vom**

26.6.-28.6.2020.



**mit
Yamini-Christina Stopczyk
Marion Reumann**