

Der heilende Atem

Seminar mit Transpersonaler Atemarbeit - Holotropes Atmen

*Jedes Mal, wenn ein Licht von Dir
aufsteigt, kommt ein Licht zu Dir herab.*
Kubra

Mitten in unserem alltäglichen Leben stehend, gelingt es uns oft nicht störende, immer wiederkehrende Verhaltensmuster, Leiden oder Symptome zu verstehen und zu verändern.

Der Zugang zu unserer Lebensenergie, unserer inneren Weisheit ist oft versperrt. In der transpersonalen Atemarbeit kommen wir über den Atem zur kosmischen Lebenskraft, Prana, die uns in die innere Welt führt zu unserem inneren Kern, zu unserem transpersonalen Selbst. Hier verborgen sind die elementaren und heilenden Kräfte, die zur Transformierung unseres Bewusstseins dienen.

Wir nennen diese Kräfte die „innere Weisheit“. Sie weiß um uns und um die nächsten Entwicklungsschritte, die wir vor uns haben. Sie unterstützt uns von innen heraus, diese Schritte auch im Alltag umzusetzen.

Auf diese Weise können sich alte Lebensmuster und Verstrickungen lösen und transformieren. Wir können neue Zusammenhänge erkennen und ein Aufgehoben sein in einem größeren Ganzen erfahren, Vertrauen finden und wachsen.

Ablauf einer Atemsitzung:

Der Erfahrende liegt auf einer Matte und wird begleitet von einem Partner. Nach einer Tiefenentspannung bekommt er/sie die Anweisung tiefer und schneller zu atmen und sich ganz seiner inneren Weisheit anzuvertrauen. Musik erklingt und begleitet hinein in verändertes Bewusstsein. Intensive Gefühle von Verbundenheit, Einsichten in höhere Zusammenhänge des Seins, Erfahrungen, die über unser gewohntes Erleben hinausgehen (biographische, perinatale, transpersonale und spirituelle Erfahrungen) können unsere Sicht vom in der Welt sein grundlegend verändern.

Nach der Atemreise wird das Erlebte im intuitiven Malen ausgedrückt. Methoden der Gestalttherapie, Rituale, Meditationen helfen die Erfahrungen in das Alltagsbewusstsein zu integrieren.

Das Seminar richtet sich an:

...Menschen, die in einem therapeutischen Prozess stehen und diesen durch intensive Selbsterfahrung unterstützen wollen.

...Menschen, die die heilenden Kräfte in ihrem Inneren entdecken wollen.

...Menschen, die nach einer Verbindung von Psychotherapie und Spiritualität suchen

...Menschen, denen es um die Erweiterung ihres Menschen- u. Weltbildes geht.

Teilnahmebedingungen:

Voraussetzung für die Teilnahme ist normale körperliche und seelische Belastbarkeit.

Kontraindikationen: schwere Herz-Kreislauferkrankungen, Glaukom, Epilepsie, Bluthochdruck, Schwangerschaft, nach Operationen, schwere Gelenkprobleme, schwere Infektionen.

Bei erstmaliger Teilnahme ist ein Vorgespräch notwendig

Leitung:**Dipl. Psych. Jochen Genthner**

Psychotherapeut und Supervisor in freier Praxis, Lehrtherapeut, u.a. Weiterbildung in Gestalttherapie, Transpersonaler Psychotherapie und Atemarbeit (S.Walch).

Termin:**08.-10.Nov. 2013**

Beginn Fr.: 18.30 Uhr

Ende So.: 14 Uhr

Seminargebühr:

€ 220,- / Wochenende

Seminarort:

Praxis Dipl.-Psych. Jochen Genthner
Biergasse 10
D-75365 Calw
www.jochen-genthner.de

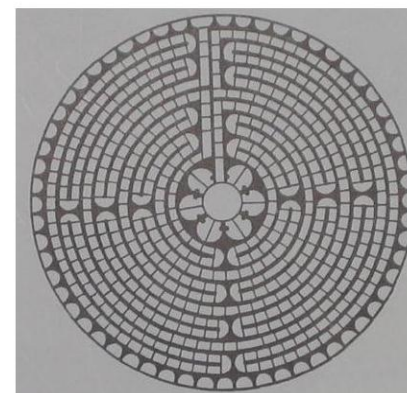
Anmeldung:

Dipl. Psych. Jochen Genthner
Biergasse 10
D-75365 Calw
Tel. 0049(0)7051-70875
Mail: info@jochen-genthner.de

Informationen über nahe gelegene
Unterkunftsmöglichkeiten erhalten Sie bei
Anmeldung zum Seminar

Der heilende Atem

Seminar mit transpersonaler Atemarbeit

**Dipl.-Psych. Jochen Genthner****08.-10. Nov. 2013
Calw**