

Basis 2 Seminar – Körperbewusstseinstaining

Motto: Das Phänomen Resonanz, das Spiegelgesetz, EuGong

KÖRPERBEWUSSTSEIN bietet die Möglichkeit den physischen Körper, die Gefühle, die Gedanken und deren Wechselwirkung zu beobachten. Gedanken formen den Körper, die physische Realität. Die Gefühle sind Indikatoren für den Ist-Zustand des Körpers.

Damit Glücklich-Sein ein Dauerzustand wird oder bleibt, ist es erforderlich, die energetischen Prinzipien zu kennen und zu leben – „IM KÖRPER BEWUSST SEIN“.

Inhalt Theorie:

- **Wiederholung der Basis-Module**
 - Was braucht der Mensch aus energetischer Sicht?
 - Alles ist Energie, eine Frage des Bewusstseins
 - Das Selbst und der Sinn des Lebens
 - Innere & äußere Haltung, der Kontakt
 - Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Konzentration, die Sinne
 - Verhinderer Ängste, Glaubenssätze, Ideale, Projektionen
- **Resonanz, das Spiegelgesetz**
 - Themenschwerpunkt Resonanz: Was ist Resonanz? Wozu dient Resonanz?

Durch das Erkennen deiner Resonanz und deren Sinnhaftigkeit erkennst Du immer klarer, warum alles, was jetzt ist, sinnvoll ist.

Das Spiegelgesetz/Prinzip lässt Dich erfahren, wie Du denkst, fühlst und welche körperliche Haltung Du einnimmst. Du wirst **bewusster** Schöpfer Deiner Realität, wirst so handlungsfähig, so dass Du erkennst, was Du wirklich brauchst um glücklich, und gesund zu SEIN.

Inhalt Praktisch:

- **EuGong, sanftes Bewegen mit Aufmerksamkeit**
 - Grundübungen – Dehnungsübungen – Kontaktübungen – Koordinationsübungen
- **IST-Zustand-Training – neutrales Beobachten lernen**
- **Wahrnehmungsübungen aus dem EUKIKOWA-Kursprogramm**

Alle Übungen dienen dazu, den neutralen Beobachter in uns zu „installieren“. Neutrales Beobachten (wertfrei) unterstützt die fließende Energie in uns, uns von Blockaden (An-, Verspannungen) zu befreien. Das Potenzial in uns wird freigelegt.

Termin: 04. u. 05.02.2023, 10.00h – 18.00h

Ort: Im Seminar-Hotel „Flackl-Wirt“, Hinterleiten 12,
A-2651 Reichenau a. d. Rax

Kosten: Einzelbucher € 326,- (inkl. 20% USt.)

TrainerIn: Klaus Bierbaumer
Kata Strau

Information/Anmeldung: Klaus Bierbaumer, 0676/9062900, office@koerperbewusstsein.at