

Wie soll ich meine Seele halten?

„Im Laufe unserer Untersuchung über das Trauma haben wir etwas von jenen ursprünglichen Energien erfahren, die innerhalb des Reptilienkerns unseres Gehirns ihren Sitz haben.



Wir sind keine Reptilien, doch wenn wir keinen freien Zugang zu unseren Reptilien- und Säugetiererbe haben, können wir nicht wirklich Menschen sein. Wie werden nur dann unserem Menschsein völlig gerecht, wenn es uns gelingt, die Funktion unseres Dreieinigen Gehirns zu integrieren.“ -Peter Levine-

Konzept

Dies ist ein persönlicher Übungsweg der den eigenen *In-Weg* (Dürckheim) unterstützt.

Neben einem qualifizierten Unterricht, dem Klären von Fragen und dem Austausch von Erfahrungen steht zunehmend das eigene Üben im Mittelpunkt.

Das eigene Üben, Diskussion und dialogisches Gespräch sind ein zentraler Bestandteil.

Nach den zunehmend evidenzgestützten Theorien zur Verkörperlichung und situativen Einbettung der Kognition (Colombetti, Levin, Bentzen, u.a.) sowie zur verkörperten Philosophie des Geistes (Johnson, Kobayashi, Dürckheim, u.a.) ist bei all diesen Aspekten der Kognition nicht nur das Gehirn beteiligt, sondern auch der gesamte Körper mit seiner Interaktion mit (dem Körper) seiner Umgebung.

Der Kurs findet in nicht wertender Weise statt, sondern lässt uns von dem Punkt aus weiter wachsen an dem jede Frau und Mann persönlich steht.

Konzeptionell stützt sich das Training auf physikalische, entwicklungs-psycho-logische und taoistische Prinzipien des 'Einswerdens' mit sich und der Umwelt und bezieht sich auf die aktuelle Resonanzforschung.

Wir orientieren uns an der direkten Erfahrung von etwas, das in der Natur vorhanden ist und daher auch im Menschen-Selbst.

Unsere Lebensenergie (wieder) in Fluss zu bringen und damit Körper – Seele – Verstand + Geist (den feinstofflichen Wesensbereich) anzuregen und zu pflegen spielt darin eine zentrale Rolle.

Sich selbst als persönliche Einheit und Teil des Ganzen zu begreifen und zu erleben, ist dabei wesentlich.

Hierzu werden u.a. verschiedenste Medien (Bild, Ton, Literatur) sowie Arbeitsmaterialien verwendet.

Wie soll ich meine Seele halten?

Unterrichtsinhalte

„Allmählich bildet sich aus der inneren Welt eine Art Muster heraus, Ordnung entsteht aus dem Chaos.“



Dies geschieht nicht durch geistige oder intellektuelle Anstrengung, sondern ist eine Aufgabe der Psyche, die dem Verdauungsvorgang eng verwandt ist, einer Aufgabe, die ebenfalls unabhängig von intellektueller Einsicht erfüllt wird.

*Ein intellektuelles Verständnis kann sich einstellen, aber auch nicht.“
-D.W. Winnicott-*

Die heilsame Wirkung auf Leib – Seele – Verstand + Geist, sowie angemessener Körperspannung ist der gemeinsame Berührungspunkt aller Unterrichtsinhalte.

Die Lehrmethode in diesem Kurs zielt auf das persönliche, am eigenen Erleben orientierte Lernen in einem entsprechenden Resonanzraum:

Die in Kurzreferaten vorgestellten Theorien und Modelle werden in Selbsterforschung und Kleingruppenarbeit in die persönliche Erfahrung gebracht und können unmittelbar ausprobiert und in ihrer Wirkung erlebt werden.

- ☞ Das dreieinige Gehirn
- ☞ *Emotionserkennung*, als Brücke zu Dir – Gefühle auch sehen, als wahr nehmen, verstehen und angemessen damit umzugehen
- ☞ *Spürbewusstsein*, als Anker im Hier & Jetzt – Differenzierteres Spüren unterstützt die leiblich-seelische Regulation und schützt
- ☞ *Verständnis statt Wissen – Wer andere kennt hat Wissen, wer sich selbst kennt Einsicht*
- ☞ *Bindung & Resonanz – bewusster Weg anstatt Manipulation*
- ☞ *Der feinstoffliche Wesensbereich – durch diese Bezeichnung wird ausgedrückt, dass dieser Wesensbereich wirklich und erfahrbar ist.*

Die Kurse haben „Trainingscharakter“. Mit vielfältigen, spannenden und humorvollen Beiträgen sowie Selbsterforschungen werden die Übenden im Verständnis und Gewahrsein (Sensory Awareness) inspiriert die Zusammenhänge zwischen Körper – Seele – Verstand + Geist leiblich zu erleben, Veränderungen zu beobachten, ganzheitlicher wahrzunehmen und vielleicht sogar zu verstehen.

Wie soll ich meine Seele halten?

Anmeldung und Ablauf



Der Kurs findet wöchentlich, von 19.00 bis 21.00 Uhr statt.

Die Anmeldung erfolgt über den Buchungskalender (auf: therapeia.de) und kann selbst gebucht und verwaltet werden.

1. Das Angebot „Wie soll ich meine Seele halten?“ anklicken, -runterscrollen-
2. dann das Datum und die Uhrzeit anklicken. -runterscrollen-
3. Name und Mailadresse eintragen
4. Buchen anklicken. Die Buchung wird via Mail bestätigt (evtl. im Junk-Mail Ordner nachsehen). 1 Tag vor dem Termin erfolgt noch eine kurze Erinnerungsmail.

Diese eigenverantwortliche Form hat sich bewährt, weil sie Interessierte zur verbindlichen Terminfindung genügend Zeit und Raum gibt sowie auch ein Stornieren diskret ermöglicht.

Die Räume sind 15 Minuten vor Kursbeginn geöffnet. Die Zahlung erfolgt ausschließlich an der Abendkasse.

Zu empfehlen ist bequeme Kleidung. Tee und Wasser stehen zur freien Verfügung bereit.

Die heilsame Wirkung auf Leib – Seele – Verstand + Geist, sowie angemessener Körperspannung ist der gemeinsame Berührungspunkt aller Unterrichtsinhalte für das eigene

SELBST-VERSTÄNDNIS

Danke.

Der günstige Preis (25,00 €/Termin) soll es vielen Menschen ermöglichen dieses Angebot zu nutzen, um sich wieder diesen ver-rückten Zeiten zu stellen und sich am eigenen Selbst zu orientieren, um wieder liebevoller mit sich, mit „den Anderen“ und den Kindern zu leben.

Wie soll ich meine Seele halten?

Sinn & Zweck

Die Idee für dieses niederschwellige Angebot entstand aus der aktuellen Notwendigkeit heraus direkt Betroffenen und Interessierten etwas anzubieten, in dem Verständnis, professionelle Unterstützung zur Selbsthilfe und individuelle Orientierung ermöglicht wird.

In den vergangenen 2 Jahren haben sich die gesundheitlichen Beschwerden in psychischen wie auch physischen Bereichen deutlich verdichtet und die Frage, woran sich ein Mensch orientieren kann, nimmt vermehrt zu.

Die Wartelisten in den hierzu zuständigen Stellen der psycho-logischen Kinder-, Jugend- und Erwachsenenversorgung werden länger und adäquate Antworten, auf das was unterstützt weniger.

Auch bemerken immer mehr Menschen, dass Bildung was anderes ist als nur das Sammeln oder Reinpauken von viel Wissen. Wo könnte also eine Antwort, was Bildung wirklich ist, zu finden sein?

Vielleicht ist es anmaßend, als nicht akademisch ausgebildeter Therapeut, 52 Jahre, verheiratet, Vater für drei junge Menschen, in Hypotheken verstrickt und ständig kaputtem Rasenmäher, zu behaupten auch eine Antwort gefunden zu haben.

Aber wenn ich lese oder höre was mancher Politiker im öffentlichen Amt oder Arzt und/oder Wissenschaftler so an halbschrubbeligen und erschreckenden Informationen raushaut, kann ich sehr wohl eine seriöse Botschaft verkünden und mich für einen kurzen Moment wie ein verwegener Held vorkommen, der es wirklich, aber auch ganz wirklich besser weiß was zu tun ist...

Gesund Sein ist nicht die Abwesenheit von Krankheit. Gesund Sein bedeutet verbunden und verbündet mit dem Leben zu sein. Ganz egal wie es gerade ist.

„Aber kommen Sie und sehen Sie selbst“

-Siddhartha Gautama Buddha-

