

Bewegung - Stille - Präsenz mit Eva M. Bader

Körperarbeit - Ausdrucksmalen - Tanz - Authentische Bewegung



Dieser Kurs eignet sich zum Kennenlernen von Authentischer Bewegung und anderer körperorientierter Therapieansätze. Ebenso eignet er sich als Orientierungshilfe für die Teilnahme an der Jahresgruppe.

Authentische Bewegung ist ein ganzheitlicher, körperorientierter Weg zu größerer Bewusstwerdung und Persönlichkeitsentwicklung. Diese Form der Achtsamkeitspraxis ist ein Übungsweg, der über Bewegung vielfältige Möglichkeiten bewegter Selbsterforschung offenbart.

Wesentlich in der Authentischen Bewegung ist, dass unsere kognitiv-denkenden und bewertenden Wahrnehmungsbereiche in den

Hintergrund treten dürfen, um mehr Raum zu geben für intuitives Spüren, aktives Imaginieren und leibhaftigen Ausdruck. Der Transfer von Bewegung ins begleitete Malen, intuitives Schreiben und Momente der Stille in Meditation ergänzen und vertiefen die Selbsterfahrung.

Freitag 09.12.2022 17.00 bis 20.00 Uhr

Samstag 10.12.2022 9.30 bis 17.00 Uhr

Kursgebühr: € 190,-

Anmeldung: Tel: +49 89 723 88 19

www.psychotherapiepraxis-bader.de - info@psychotherapiepraxis-bader.de