



Workshop mit Martin Ebnetter

Emotionale Körperreise

Bei uns Menschen haben Lebensereignisse und Erfahrungen, Sehnsüchte und Verletzungen, gesundheitliche Probleme und Enttäuschungen dazu geführt, dass wir bestimmte Gefühle oder Situationen vermeiden. Die Erinnerungen schmerzen oft so sehr, dass wir allem, was bei uns ähnliche Gefühle hervorruft, bewusst oder unbewusst aus dem Weg gehen.

Was auch immer es war, es behindert uns jetzt in der Entfaltung und im Leben unseres wahrhaftigen Herzens, da wir die schmerzhaften Erfahrungen nicht noch einmal erleben möchten und uns die Erinnerungen an die alten Situationen bewusst oder unbewusst blockieren.

Bei einer inneren Reise lernst Du auf eine sanfte Weise, Deine unterdrückten Gefühle zuzulassen, alte Verletzungen, Muster und Blockaden zu erkennen und so wieder frei zu werden. Du hast wieder Vertrauen zu Dir selber, zu Deinen Gefühlen und zu Deinem Herzen, was sich positiv auf Deine Lebenskraft und Energie auswirkt.

Gerne gehe ich mit Dir auf eine innere und reinigende Reise.

Wann: Samstag, 09. Februar 2019
Zeit: 13.30 – ca. 16.30 Uhr
Wo: Yogaraum Shakti, Mühle 1, 9548 Matzingen
Kosten: Sfr. 70.00
Mitnehmen: Bequeme Kleider, Hausschuhe, Offenheit für Gruppenarbeit
Anmeldung: bis am 04. Februar 2019 unter martin.ebnetter@gmx.net oder 079 460 82 15