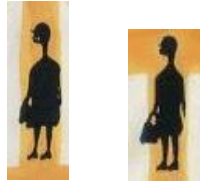


Wie stehe ich im Leben?



Frühkindliche Erfahrungen formen unsere Grundanschauungen über uns selbst und die Welt. Unser Körper drückt dies aus, denn in ihm stecken prägende Erinnerungen und früh entwickelte Glaubensmuster fest und beeinflussen unser aktuelles Fühlen und Handeln.

Indem wir uns unserer Körpererfahrung achtsam zuwenden, können wir erkennen, wie diese einmal geformten Haltungen bis heute bestimmend dafür sind, wie wir im Leben stehen, uns bewegen, anderen Menschen begegnen und wie wir unserer Wege gehen.

Umgekehrt können wir uns auch unseren aktuellen Problemen in Achtsamkeit zuwenden und erfahren, wie unser Körper vielerlei Informationen dazu in sich trägt, die wir aktiv zur Bewältigung der Probleme nutzen können.



Ich unterstütze Sie mit den Techniken der HAKOMI®-Methode dabei, die Aufmerksamkeit auf das gegenwärtige (Körper)-Erleben zu richten, um Zugang zu Ihren verinnerlichten Haltungen zu bekommen, welche Ihre aktuelle Lebensgestaltung und Ihre Beziehungen prägen.

Das neue Bewusstsein hilft Ihnen dabei, sich von alten Mustern zu befreien, neue Erfahrungen zu integrieren und neue Wege des Erlebens einzuschlagen.



Ich freue mich sehr, mit Ihnen in diesen Bewusstseinsprozess einzutauchen und Sie mit meiner langjährigen Erfahrung zu unterstützen.

Michaela Korell immer montags in der Frauen Oase