

Der verbundene Atem

Schon sehr früh werden wir geprägt durch unsere Erlebnisse auf dieser Welt und bilden unsere eigenen Atemmuster heraus.

Dort wo wir Schmerz erfahren haben, uns der Atem stockte, dort sind oftmals Enge und Festigkeit an die Stelle von Lebendigkeit und Offenheit getreten.

Wenn wir den Atem ganz bewusst wieder tief werden lassen, uns überfluten mit Sauerstoff, geben wir dem Körper eine Chance sich an diesen Plätzen wieder zu öffnen, weit und lebendig zu werden.

Sich selbst zu heilen.

Mit dem verbundenen Atem geschieht ein energetisierender Prozess von Reinigung und Selbstheilung auf allen Ebenen.

Vielleicht wird alter Schmerz noch einmal spürbar, bevor er vergeht, oft geschieht dabei auch tiefes Erkennen und Verstehen des eigenen Wesens.

Genauso möglich sind Einheits-erlebnisse, Gefühle von Kraft und Weite, Strömen und Pulsieren oder tiefe Ruhe und Entspannung.

Beim verbundenen Atem

geschieht nicht immer das, was ich mir vorgestellt, erwartet oder gewünscht habe. Mitunter sogar das, was ich gar nicht wollte.

Aber es ist immer genau das Richtige, das was jetzt im Moment gebraucht wird, genau passend ist – und oft verstehe ich den tiefen Sinn erst danach.

Es ist eine großartige Erfahrung, so die Weisheit meiner Seele und meines Körpers zu erleben. Der Atem ist ein Freund, ein Lehrer und Führer, hin zu Hingabe an das Leben, an mich selbst und an Etwas, das größer ist als mein Wille.



Copyright P.Gaymann, esoterische Hühner

Ablauf:

Freitag: Beginn 18 - ca.22 Uhr

Samstag : Beginn 10 - ca.19 Uhr

Sonntag Beginn: 10 - ca.15 Uhr

Große Mittagspause 12-14.30 Uhr

Wir werden an diesem Wochenende 3 Mal mit dem verbundenen Atem auf die Reise gehen.

Die hier angewandte Atemtechnik hat nichts mit dem Erlernen von „richtigem“

atmen, Atemgymnastik oder Atemübungen zu tun. Es ist ein intensiver Selbsterfahrungsprozess.

Ort: Artemishof

Suckower Str. 28
17268 Flieth-Stegelitz

Kontakt : Dr. Ursula Macht,
Tel.: 039887-184154
mobil: 0179-394482

<http://www.artemishof-flieth.de>

Kosten:

Seminargebühr: 190,- €

Auf Bestellung gibt es

Frühstück 5,-

Mittagessen 10,-

Übernachtung: p.P. /Nacht

Zimmer: 20,- €

Heuherberge: 15,-€ (mit eigenem
Schlafsack)

Zelten: 6,-€ (im eigenen Zelt)

Bettwäsche einmalig 5,-€

Essen am Abend - wenn du magst
kannst du gern auch etwas zum
essen mitbringen um es zu einem
gemeinsamen Buffet beizusteuern.
Das hat sich bewährt und ist immer
sehr schön für alle.

Anmeldung:

Online:

[http://www.yamuna-
info.de/anmeldung.html](http://www.yamuna-info.de/anmeldung.html)

oder schriftlich mit beigefügtem
Anmeldeblatt

Leitung, Info und Anmeldung:

Y.E. Roßner,
Heilpraktikerin (Psych.)
in eigener Praxis,
Atemtherapeutin
nach Dahlke u.a.

Naumburger Str. 28,
04229 Leipzig
www.yamuna-info.de,

kontakt@yamuna-info.de

Tel.: 0341-3192414
mobil: 01635720443

Der Atem singt das Lied der Seele



**Ein Wochenende mit dem
verbundenen Atem und
Körperarbeit**

vom 03.- 05. Juli 2015

in Flieth