

Dem Atem der Seele folgen

**Offene Atem-Gruppe in Wuppertal
jeden 3. Dienstag im Monat
16.30 - 19.30 Uhr**



In dieser meditativen Atemarbeit geht es um die Wiederentdeckung unserer inneren Lebensweisheit.

Sind wir „im Hier und Jetzt“, dann schließt sich unser Bewusstsein absichtslos so in die fein schwingende Atembewegung ein, dass die Beobachtungsdistanz aufgehoben wird. Dadurch werden die inneren Kräfte direkt erlebbar.

Wir können über die Zentren (Chakren) der Wirbelsäule lernen, der aufsteigenden Lebenskraft zu folgen.

Wir kehren für Augenblicke in den Zustand der Einheitswirklichkeit zurück. Aus dieser spirituell-religiösen Schicht kommen uns die tiefen Sinnerfahrungen des Lebens, die Selbstheilungskräfte und unsere schöpferischen Möglichkeiten zu.

Zur Anmeldung oder um Fragen zu klären rufen Sie mich / rufe mich einfach an
Cornelia Ehrlich: 0172-56 70 592

Mail: atem-lehrwerkstatt@cornelia-ehrich.de

Ort:

Ottostr. 33; c/o Praxisbüro; 42289 Wuppertal
Kosten: 40,- /35,- Euro