

Festhalten! *Loslassen...*

Ein Seminar der
Inneren Arbeit
mit Luna U. Müller



15. – 17. Februar 2019
in Freiamt

Festhalten! *Loslassen ...*

Die Vergänglichkeit ist eine Realität, mit der wir oft hadern. Alles, was irgendwann begonnen hat, wird ein Ende haben ... auch wenn wir versuchen, es hinauszuzögern. Wir bemühen uns loszulassen, oft recht widerwillig. Darf Festhalten überhaupt sein?

In diesen Tagen bist du eingeladen, deine innere Haltung zur Vergänglichkeit zu erforschen. Es gab vielleicht Menschen, Situationen, Dinge in deinem Leben, die du ungern oder bis heute nicht wirklich ganz losgelassen hast. Die Bemühung loszulassen, ist meistens fruchtlos, denn Festhalten liegt unserem Ich näher. Wenn wir es körperlich nicht können, halten wir innerlich fest: an unseren Gefühlen, unseren Überzeugungen, unseren Vorwürfen.

Wenn wir beginnen, dieses Festhalten in uns bewusst und mitfühlend zu sehen, können wir unser inneres Kind fühlen. Die Angst vor dem Verlust, die dazu führt, uns gar nicht erst wirklich einzulassen; den Schmerz darüber, etwas Geliebtes zu verlieren; die Ohnmacht, es nicht festhalten zu können. Es braucht unser Herz für dieses kindliche Empfinden in uns, damit wir uns öffnen können für das Wesen der Vergänglichkeit. Wo dient es DIR loszulassen, damit deine Kraft wieder fließen kann? Was kannst du gehen lassen, damit Raum für Neues entsteht? Wie findest du Vertrauen in dir?

Diese und alle Fragen, die dir am Herzen liegen, werden Raum bekommen. Wir arbeiten mit gezielten Fragen zur Selbsterforschung, Sequenzen der Heil- und Körperarbeit, auf dem Boden von Stille.



Luna U. Müller

Lehrerin der Ennealliance – *Schule für Innere Arbeit*, begleitet seit vielen Jahren mit den Werkzeugen des Enneagramms und der Inneren Arbeit Menschen auf ihrem Lebensweg.

Termin: Fr. 15. (19 h) – So. 17. (ca.17 h) Februar 2019

Ort: Körpertherapeutische Heilpraxis Sandra Tannenberg, Freihof 31, 79348 Freiamt

Kosten: 225,- € plus 80,- für Verpflegung u. Raumkosten. Mögliche Unterkünfte in Freiamt bitte erfragen

Info und Anmeldung: Sandra Tannenberg

Tel: 0049 (0)7645 916 577, Mail: santan@gmx.de

Mehr Infos:

www.luna-mueller.de

Ausblick: Familien- und Systemaufstellungen mit Steffen Wöhner vom 27. – 29. September 2019