

AngstMut

Innere Arbeit zur bewussten
Begegnung mit Angst

Mit Luna U. Müller



25.–27. Juni 2021
in Graz

AngstMut

Die Begegnung mit Angst ist ein wichtiges Tor in Zeiten der Wandlung. Wenn etwas Bekanntes zu Ende geht und wir nicht wissen, was kommt, stellt sich ein zitterndes Gefühl im Herzen ein: Das innere Beben im Angesicht von etwas Unbekanntem.

Wir haben nicht gelernt, das Gefühl von Angst zu bejahen und viele Möglichkeiten gefunden, ihm zu entkommen: Angst VOR der Angst, Befürchtungen, Misstrauen, Sicherheitsdenken, Übergehen der Angst durch Schnelligkeit und vor allem Urteile gegen „den kleinen Angsthasen“ in uns. All das führt uns in eine Schwächung und einen Rückzug von uns selbst und dem Leben.

Wir können tiefer vordringen zum Wesen von Angst und ein Wissen bekommen über unsere Fluchtmechanismen. Wie vermeide ich Angst und wie schade ich mir selbst damit? Was brauche ich, damit Angst ins Fließen kommt und als Kraft zur Verfügung steht? Das sind wesentliche Fragen, die uns wieder zurück ins Herz, in unser Fühlen und unser Vertrauen führen. Wir müssen Angst nicht loswerden, sondern können sie mutig ins Herz nehmen, so dass unsere Wahrnehmung feiner wird, wir klarer sehen und intelligent handeln.

Wir arbeiten mit gezielten Fragen der Selbsterforschung, der Begleitung in deinem Prozess – auf der Basis von Stille und liebender Annahme.



Luna U. Müller

Lehrerin der Ennealliance – *Schule für Innere Arbeit*, begleitet seit vielen Jahren mit Innerer Arbeit und dem Enneagramm Menschen auf ihrem spirituellen Weg. Die Erweckung des Kraftflusses und die Begleitung von Heilungsprozessen sind ein wesentliches Element ihres Wirkens.

Termin: Fr. 25. (19:30 h) – So. 27. (ca. 13 h) Juni 2021

Ort: Studio 61, Glacisstr. 61a, A – 8010 Graz

Kosten: 235,- €

Anmeldung: ulrike.prettner@gmx.at,
Tel: 0043 (0)650 2138762

Mehr Infos: www.luna-mueller.de