

# *Was brauche ich?*

Erlaubnis und Wandlung  
von Bedürftigkeit

Ein Seminar der Inneren Arbeit  
mit Luna U. Müller

14.-16. Februar 2020 in Freiamt



## Was brauche ich? – Erlaubnis und Wandlung von Bedürftigkeit

Unsere kindliche und auch menschliche Bedürftigkeit ... wie stehen wir zu ihr? Hat sie einen natürlichen Raum in uns und darf sich zeigen und gesehen werden? Oder haben wir Urteile dagegen und verbieten uns, etwas zu brauchen, bedürftig und schwach zu sein?

In diesen Tagen bist du eingeladen, Kontakt aufzunehmen mit einem bedürftigen Kind in dir. Unsere Bedürftigkeit empfinden wir oft als Makel und verstecken sie vor uns selbst und anderen. Vielleicht haben wir ein Selbstbild von Stärke und Unabhängigkeit und das Ideal, es alleine zu schaffen? Oder wir empfinden Scham darüber, dass wir uns in der Tiefe abhängig fühlen von Liebe, Bestätigung, körperlicher Berührung? Durch das Verbot verharren wir in Mangel und kindlichem Anspruch, was den Weg in die Liebe versperrt.

Es kann heilsam sein, diesen Kontakt wieder aufzunehmen und die Erfahrung von Bedürftigkeit fließen zu lassen. Was geschieht wirklich, wenn wir sie fühlen und uns damit auch zeigen? Wie kreieren wir selber Bedürftigkeit? Und was brauchen wir ganz natürlich als Mensch? Indem wir Bedürftigkeit erlauben und in Frage stellen, öffnet sich der Raum des Herzens, des Fließens und der Liebe

zu uns selbst und Nähe mit anderen. Alle Fragen, die dir am Herzen liegen, werden Raum bekommen. Wir arbeiten mit gezielten Übungen zur Selbsterforschung, Sequenzen der Heil- und Körperarbeit, auf dem Boden von Stille.



Luna U. Müller

In Seminaren und Einzelsitzungen begleiten sie Menschen auf ihrem inneren Weg. Sie ist Lehrerin der Ennealliance – *Schule für Innere Arbeit*

**Termin:** Freitag, 14.2. (19.30 Uhr) – Sonntag, 16.2.20 (ca. 16 Uhr)

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

**Kosten:** 225,- Euro plus 80,- für Verpflegung und Raumkosten,  
mögliche Unterkünfte in Freiamt bitte erfragen

**Info & Anm.:** Sandra Tannenberg, 0049 (0)7645 916 577  
E-Mail: santan@gmx.de

**Nächste Veranstaltung im Südwesten:**

Heilkreis zum Thema „Vertrauen“ vom 27.–29.3.20 in Müllheim

[www.luna-mueller.de](http://www.luna-mueller.de)