

Tao integral

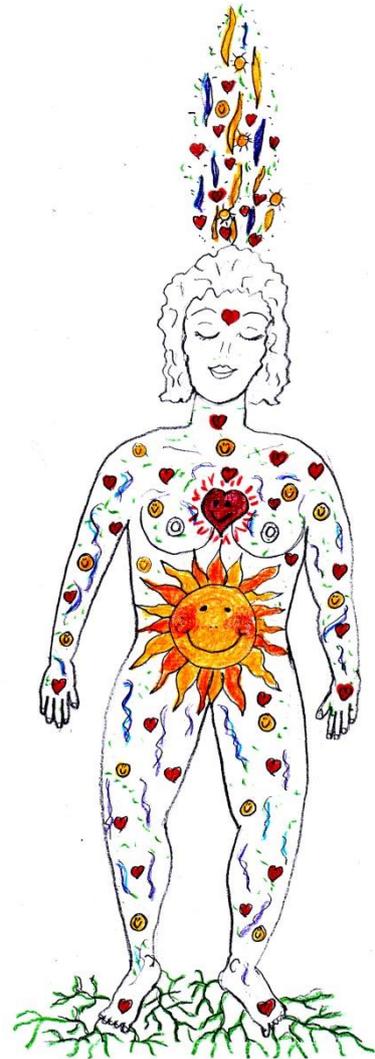
Ziel des Kurses „Tao integral“ ist, ein umfassenderes Erleben, Verständnis und Bewusstsein von unserer Lebensenergie „Qi“ in ihren vielen Facetten zu erlangen.

Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, mit seiner Lebensenergie in Kontakt zu kommen, sie zu aktivieren, sie zu fühlen, sie gezielt zu nutzen und sie zu genießen.

Daher wird jeder Abend inhaltlich einzigartig sein. Ein roter Faden ist die allmähliche Vermittlung einer Qigong-Übungsfolge (derzeit die 18teilige Reihe des Taiji-Qigong, weitere werden folgen), um die herum ich das jeweilige Übungsangebot für den Abend zusammenstelle. Ich biete Dir Übungen aus unterschiedlichen Bewegungskünsten wie dem Bewegten und dem Stillen Qigong, Feldenkrais, Eutonie, Modern Dance, Beckenbodentraining, Taoistischer und Buddhistischer Meditation, Tuishou u.v.a.m.

Du bekommst jeden Abend die Gelegenheit, Dein gewecktes und geklärtes Qi in Dein gesamtes System, also Deinen physischen Körper ebenso wie Deinen emotionalen und feinstofflichen Körper einzuspeisen als auch Dir auf seelisch-geistiger Ebene über die entsprechenden Themen bewusster zu werden. Dazu gebe ich jeder Teilnehmerin ein Notizbüchlein, in das zu den bearbeiteten Meridianen passende Fragen geschrieben und in den folgenden Tagen für sich beantwortet werden können. Auf diese Weise kann Dich Dein ursprünglich körperlich begonnener Bewusstseinsprozess über den Abend hinaus auch zuhause mental noch begleiten und Dich zu möglicherweise neuen – vollständigeren – Einsichten über dich selbst führen.

Wenn sich bei einer oder einigen von Euch Interesse an Kreativer Gestaltarbeit oder schamanischer Heilarbeit (z.B. Arbeit mit den Schattenanteilen, die sich



oft in körperlichen Schmerzen äußern), einstellt, biete ich gern direkt im Anschluss an den Kursabend eine Einheit in dieser Heilarbeit an.

Die große Chance ist, 1.) dass Du schon voll im Spüren Deines Körpers in all seiner Tiefe bist und 2.) dass vielleicht ein paar andere Kursteilnehmerinnen bereit sind, für Dich noch etwas länger zu bleiben (im Durchschnitt 30 Minuten), um die Heilarbeit mitzuerleben und zu unterstützen!

Dies wirkt sich natürlich auch positiv auf unser aller Gesundheit aus, da wir alle in einem Feld miteinander verbunden sind und dieselben Themen miteinander teilen. Es ist eine Chance, das schon voll aufgeladene geklärte Energiefeld und das vertiefte Bewusstsein aller für Dein „Immer weiter - immer heiler-Werden“ zu nutzen!

Das bedeutet für mich Glück!

Der Kurs Tao integral findet zweimal im Monat dienstagabends von 19.30 – 21.00 Uhr im Raum für Körperarbeit Domblick 17 51381 Leverkusen – Bergisch Neukirchen statt.

Die Termine 2019 : 5. und 19. 11. sowie 3. und 17.12. weitere Termine und Informationen stehen auf meiner Homepage:

www.sabine-wolfrum.de

Pro Abend kostet es 16,-€ .

Ich bitte um rechtzeitige **Anmeldung unter Tel. : 02171/ 50 15 888**

Oder per Mail sabine@taiji-wolfrum.de bzw. Whatsapp.

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchstteilnehmerzahl: 12

Ich freue mich, wenn ich Dein Interesse geweckt habe und du beim nächsten Mal dabei bist!

Herzlichst, Sabine Wolfrum