

7 - Details

Fehlt etwas in Deinem Leben?

Wir werden **vollkommen** geboren! Allerdings ist unsere Umgebung nicht immer perfekt. Um in **Beziehung** zu treten und zu bleiben, um genährt zu werden oder gar zu überleben, passen wir uns als Kinder unserem sozialen Umfeld an. Viele dieser Erfahrungen stärken uns, manche sind aber abträglich.

Tag für Tag leben wir **Gefühle** nicht aus und unterdrücken sie schließlich. Wir legen uns Masken und Fassaden zu. Unser **wahrer Kern** geht immer mehr verloren, obwohl wir ihn permanent mit uns herumtragen.

Jetzt – als selbstverantwortlicher Erwachsener – der spürt, dass es einiges bis zum Lebensende zu erleben und zu erledigen gibt: **Herzsaufgaben** zu entdecken, Partnerschaften zu leben, braucht es dich **ganz!** Denn jedes Gefühl will wahrgenommen und ausgedrückt werden!



Manche körperliche Reflexe auf Stress oder Vermeidungsstrategien kennen wir auch als Erwachsene noch: Anhalten des Atems, Tonus der Muskulatur erhöhen, Verdauung einstellen, Blutdruck steigern.

7 bringt Dir das Strömen zurück

Zum einen arbeiten wir gemeinsam an den von Wilhelm Reich genannten 7 Segmenten, um das freie Strömen der Energie wieder zu ermöglichen.

Augensegment
Mundsegment
Halssegment
Brustsegment
Zwerchfellsegment
Bauchsegment
Beckensegment

Andererseits werden wir versuchen, deinen Kern mit Atemenergie zu laden, dir die Erfahrung zu ermöglichen, dich einmal ohne Fassade zu erleben, dein Ich mehr und mehr zu zeigen, und das entstehende Material zur Transformation zu nutzen.