



## Vom Ego zum Selbst – Atemtag Holotropes Atmen

Ich möchte Dich einladen, zu einer tiefen und heilenden Begegnung mit Dir SELBST, dem Erkennen und Erspüren deiner Inneren Weisheit - fernab von den Konzepten des Alltags und den Normen, wie etwas zu sein hat.

Wir nutzen die lebensspendende Kraft des Atems, um uns in unseren Tiefen zu begegnen, zu erkennen und zu lernen, die Botschaften unseres Selbst zu nutzen und in den Alltag zu integrieren.

Stück für Stück beschreiten wir den Weg der Selbstheilung und erleben in uns neue Räume und Potentiale, die uns authentisch und kraftvoll unser Leben annehmen lassen. Anerzogene und aufgesetzte Muster können erkannt und aufgelöst werden.

In der Tiefe unseres SELBST liegen sämtliche Antworten verborgen, bereit entdeckt und gelebt zu werden. Deine INNERE WEISHEIT!

Durch die „Technik“ des Holotropen Atmens können wir einfach und recht schnell in unser erweitertes Bewusstsein reisen und Antworten finden:

- in Bildern
- Gefühlen
- Gerüchen
- Tönen
- und auch in einem universellen Wissen um die Dinge des Seins.

Innerhalb der Gemeinschaft der Mitreisenden öffnet sich ein Feld ungeahnter Möglichkeiten und Wahrheiten, die uns Wege weisen können, die im Alltagsbewusstsein nicht erfahrbar sind.

Die Fülle eines ganzen Tages steht uns zur Verfügung, um uns den anstehenden Prozessen anzuvertrauen und eine weitere Etappe des Heilungsweges zu gehen!

Ich begleite dich liebevoll, kompetent und erfahren auf dieser Reise in erweiterte Bewusstseinszustände und auch wieder ins JETZT zurück.

Die Integration des Erlebten durch das Intuitive Malen und eine Feedbackrunde helfen dir dabei deine Erfahrungen auf lange Sicht in deinen Alltag zu transportieren!

Wann: Sonntag 09. Juli 2023 - 09:00 - ca 18:00 Uhr

Wo: Idstein

Kontakt: Andreamaria Bresson (HP Psych. Atemtherapeutin)

0177 - 3725908

Kosten: 120 Euro

Was mitzubringen ist, erfährst du bei deiner Anmeldung

Ich freue mich auf dich!

**\*Da diese Arbeit nicht für jeden Menschen geeignet ist, möchte ich dich bitten Kontakt mit mir aufzunehmen und wir schauen gemeinsam ob dies das richtige Setting für dich ist!**

**Ein Atemtag dient der Selbsterfahrung ist keine therapeutische Sitzung und ersetzt keine medizinische/psychotherapeutische Behandlung!**

**Wenn du diese Arbeit als therapeutische Begleitung in der Einzelsitzung erwägst, dann freue ich mich auf ein kostenfreies Vorgespräch mit dir!**