



DIALOG MIT DEINEM KÖRPER

Mit achtsamer Aufmerksamkeit nimmst **DU** mit einer speziellen Schreibtechnik Kontakt zu deinem Körper auf.

Auf diese Weise hast du die Möglichkeit, verschiedene Lebenssituationen auf eine ganz andere Art zu betrachten.

Mit dieser Art von Begegnung, kannst Du Fragen beantworten, die Du dir so bis jetzt – höchstwahrscheinlich - noch gar nie gestellt hast. Obwohl das eigenartig erscheinen mag, wirst Du dich, mit dieser einfach zu erlernenden Methode, auf eine neue Art kennen lernen. Du kannst eigene Körpersymptome nach ihrem Sinn befragen und bekommst letztlich verblüffende Antworten.

An zwei Einführungsabenden erfährst Du, wie diese Technik funktioniert, und wie du sie für **DICH** anwenden kannst.

Anschliessend hast Du die Möglichkeit einzeln oder in Gruppen weiter mit diesem Körperdialog - an und mit dir - zu arbeiten.

Für weitere Auskünfte und Termine wende dich doch bitte an mich.

Jürg Würgler, Says, klangtraum@bluewin.ch / www.weltderklaenge.jimdo.com