

Der Sommer

Zeit der Lebensfreude und der Ausdehnung



Das Leben in der Natur nähert sich seinem Höhepunkt. Der meteorologische Sommer beginnt am 1. Juni, und am 21. Juni können wir die Sommersonnenwende feiern.

Sonnenlicht und Wärme nehmen immer mehr zu und damit bei vielen auch die Lebensfreude und die Aktivität, vielleicht auch eine gewisse Ruhelosigkeit.

Die Traditionelle Chinesische Medizin hat schon vor mehr als zweitausend Jahren ein spannendes Konzept entwickelt, das die sich ständig wandelnden energetischen Phänomene in den Jahreszeiten, in der Natur und im menschlichen Leben bildhaft beschreibt: Die Fünf Wandlungsphasen oder auch Fünf Elemente.

Das Konzept der Fünf Wandlungsphasen benutzt die Symbole Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser, um die sich am Tag, im Jahr, im Leben, in der Natur immer wieder verändernden Ausrichtungen der Energie darzustellen.

Aktuell ist die Wandlungsphase Feuer besonders aktiv. In der Natur verkörpert sie den Sommer, den Mittag, die Blütezeit, die Wärme oder Hitze. Beim Menschen zeigt sie sich in der Lebensfreude, in bedingungsloser Liebe, in Begeisterung und in dem Wunsch, sich über Begrenzungen hin auszudehnen, um das Leben in all seinen Facetten zu erfahren. Das kann auch den Wunsch nach Erweiterung des Bewusstseins bedeuten, nach transpersonalen Erfahrungen.

Gleichzeitig fordert diese Wandlungsphase von uns, dafür zu sorgen, dass wir nicht in unserem eigenen inneren Feuer in Flammen aufgehen, dass wir uns nicht verzetteln und verausgaben

In diesem Seminar möchte ich einmal mit dem Blick und den den Methoden der Psychosynthese auf die Kräfte des Feuerelementes schauen und in Visualisierungsübungen Fragen nachgehen wie

- ⇒ Was bringt Freude in mein Leben? Was inspiriert mich?
- ⇒ Wohin will ich mich weiter ausdehnen?
- ⇒ Wovon bin ich begeistert? Was von dieser Begeisterung möchte ich weitergeben?
- ⇒ Wie kann ich die Kräfte des Feuerelementes stärken? Wie kann ich sie auch begrenzen?

Der Körper wird, wie in allen meinen Seminaren, mit einbezogen, diesmal durch Übungen, die das Feuerelement energetisch erfahren lassen und es stärken sowie durch ein paar Überlegungen zur Ernährung und zur Lebensgestaltung.

Diese Veranstaltung ist geplant als unabhängiger Teil einer über die Jahreszeiten verteilten Reihe zu den Fünf Wandlungsphasen. Sie kann einzeln gebucht werden.

Termin: Montag, 07. Juni 2021
18:30 – 20:30

Leitung:



Barbara Murakami

Psychosynthesetherapeutin
Shiatsulehrerin
Sonderschullehrerin

Ort: ZOOM
Die Veranstaltung findet online statt. Wer sich anmeldet, bekommt von mir einen Link. Vorher muss er sich das Programm ZOOM herunterladen, was sehr einfach ist.

Gebühr: 22 €
Konto: DE69 3005 0110 0077 2138 82

Verbindliche Anmeldung

für das Seminar

Der Sommer, Zeit der Lebensfreude und der Ausdehnung

Name, Vorname

Adresse, Telefonnummer

E-Mail

Die Teilnahmegebühr werde ich vor Seminarbeginn überweisen auf das Konto von Barbara Murakami: **DE69 3005 0110 0077 2138 82**

Datum

Unterschrift

Bitte frühzeitig anmelden per E-Mail, Fax oder Post bei:

Barbara Murakami
Bergesweg 21
40489 Düsseldorf
Fax: 0211 - 40 80 140
barbara.murakami@gmx.de
www.shiatsu-murakami.de