



Klopfen bitte! – gelassen und stabil mit Klopfakupressur

Viele Menschen sind auf irgendeine Art und Weise belastet, gestresst oder fühlen sich nicht stabil. Das hat viele Ursachen - berufliche, persönliche oder private - und äußert sich in stressenden Gedanken, sowie negativen Gefühlen. Die Frage ist, wie können wir das ändern.

Die Klopfakupressur ist eine Methode, die helfen kann. Sie wurde in den 90er Jahren entwickelt und nutzt die seit 5000 Jahren bekannten chinesischen Meridiane. Durch das Beklopfen oder Berühren ausgewählter Meridianpunkte, verbunden mit Gedanken und Aufmerksamkeit, wird das Energieungleichgewicht aufgehoben. Dadurch kann Ruhe, Gelassenheit und Vertrauen in die eigene Persönlichkeit entstehen.

Das Ziel ist, sich selbst in gelassene, entspannter Zustände zu bringen.

Seminarinhalte:

Individuelle Belastungsanalyse

Meridiane und ihre Energie

Wirkung der Klopfakupressur

Abbau der Belastung durch Klopfakupressur (EFT, Fred Gallo, Bohne)

Praktische Übungen

Denken und Gefühle wahrnehmen und „klopfen“

Die Dozentin ist Diplom Psychologin mit Zusatzausbildung in Energetischer Psychologie nach Fred Gallo und Emotional Freedom Technique nach Gary Craig

Barbara Frien

Sa 28.04.2012, 10.00 – 16.00 Uhr, zib 2.04

Gebühr: 28,- €