

Wenn der Körper spricht, sollten wir gut zuhören

VORTRAG
30. 10.2023
19:30 Uhr
Bürgerstern, Berikon
kostenlos
ohne Anmeldung



Sandra Filliger
Craniosacral-Therapeutin
cranio-mutschellen.ch

Die Sprache des Körpers ist äusserst klar und direkt in der Kommunikation: entweder fühlen wir uns wohl und vital, oder er spricht mit Energielosigkeit, Verspannungen, Schmerzen oder Krankheiten zu uns.

Das Erste, was wir tun: Wir lindern sie mit Medikamenten oder behandeln sie körpertherapeutisch.

Doch nicht immer führt uns das zur nachhaltigen Heilung, nichts hilft und es wird chronisch. Dann sollten wir aufmerksam werden, und gut zuhören, wer da in uns noch etwas zu sagen hat!

Denn, was wenn die Ursache des Körpersymptoms gar nicht beim Körper liegt, sondern nur Botschaft-Überbringer ist. Weil wir beim Sender nicht hinhören wollen oder können!

Die Sprache der Seele resp. Psyche ist nicht ganz so einfach zu verstehen. Wir fühlen sie zwar, so sind wir entweder rundum glücklich und motiviert, oder kämpfen mit mentalen Unzulänglichkeiten und belastenden Emotionen wie Ängste, Stress, Blockaden, usw.

Im Gegensatz zu körperlichen Symptomen tun wir uns hier eher schwer, Hilfe bei einem Psychotherapeuten oder Coach aufzusuchen.

Denn wir sind Künstler darin, zu ignorieren und zu verdrängen, eben wegzuhören. Doch weghören löst unsere Probleme nicht auf!

**Die Seele sagt zum Körper: «Sag's Du ihm, auf mich hört er ja nicht!»
Lassen Sie sich in diesem Gemeinschaftsvortrag inspirieren, mit einem tieferen Einblick hinter die Kulissen Ihrer inneren Kommunikation!**



Michael Filliger
Mental-Coach
kompetenz-mensch.ch

Fördern Sie Ihr Bewusstsein, Körpersymptome als Botschaft zu betrachten.

Körpersymptome haben oft keine direkte körperliche Ursache, sondern werden als Warnung durch unsere innere Regulation des vegetativen Nervensystems ausgelöst. Doch wovor werden wir gewarnt? Was genau läuft aus dem Gleichgewicht?

Fördern Sie Ihr Verständnis, wie unsere innere Regulation «kommuniziert».

Der Regulierungsprozess unseres vegetativen Nervensystems resp. Gehirns ist im Grunde einfach. Aber genau in dieser Einfachheit liegt ein grosses Potential an «Störfaktoren», die letztendlich zu Problemen führen. Wo genau liegt dieser zentrale Knackpunkt?

Nehmen Sie Impulse mit, wie Sie Einfluss auf diese «Kommunikation» nehmen.

Der grösste Teil des Regulierungsprozesses geschieht autonom und unbewusst. Wie können Sie trotzdem bewusst aktiven Einfluss darauf nehmen? Wo besteht eine Kommunikations-Brücke zwischen dem autonom unbewussten System und dem Bewusstsein?