



URVERTRAUEN

mit

Rani Willems

Urvertrauen bezieht sich auf eine essentielle Qualität unseres Seins, mit der wir geboren wurden. Es erlaubt uns, uns mit dem Ganzen verbunden zu fühlen und auf zellulärer Ebene zu wissen: Die Existenz ist gut!

Ohne dieses Vertrauen ist es schwierig, unser Leben in entspannter Weise zu leben. Ständig sind wir damit beschäftigt, unser Überleben zu sichern.

Wir haben den Kontakt verloren, weil wir in unserer Kindheit keine Umgebung hatten, die uns gehalten und unterstützt hat. Das Ergebnis ist, dass wir uns als Erwachsene mehr oder weniger bewusst als Waisen im Universum fühlen. Wir versuchen ständig, einem Grundgefühl von Mangel aus dem Weg zu gehen und unsere innere Leere mit allen möglichen Dingen und Erfahrungen zu füllen. Ob Millionär oder Bettler, ohne Urvertrauen kann Entspannung nicht geschehen, und Transformation wird schwierig und schmerzhaft.

Wenn wir alten Schichten von Schmerz und Misstrauen erlauben, an die Oberfläche zu kommen und sie mit Liebe und Akzeptanz zu empfangen, wird sich unser zelluläres Urvertrauen wieder zeigen. Wir werden uns erinnern, ein Teil des Ganzen zu sein, und schließlich können wir entspannen und uns dem Fluss der Existenz überlassen.

Selbsterforschung, Neugier und die Liebe zur Wahrheit sind unsere Werkzeuge auf dieser Reise, während Meditation wie ein roter Faden durch den gesamten Prozess führt.

Fr. 27. bis So. 29. April 2018

Beginn: Freitag um 19.00 Uhr mit einem offenen Abend (20 €)

Preis: 240 € incl. off. Abend, er ist Bestandteil des Retreats

Ort: Kleines SchanzenForum
Susannenstraße 21 (Hof)
Hamburg - Schanzenviertel

Information und Anmeldung

Lavanya Bretschneider • lavanya-mona@web.de • 040 - 20 90 85 79