

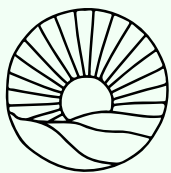
# Heilsame Präsenz

Der größeren Kraft in uns Raum geben.



Sei herzlich dazu eingeladen, Wege kennenzulernen, um die Lebensenergie zu harmonisieren und die Ganzheit, die du bist, auf lebendige Weise zu erfahren.

**Präsenz und achtsame Berührung** bieten die Möglichkeit, das Leben wachsam und unserer inneren Natur gemäß zu gestalten. Die Quelle des Wohlergehens liegt oft näher als wir denken. In der Kleingruppe (bis 4 Teilnehmer) gibt es Raum für Behandlungen, Austausch, inspirierende Texte, Stille, Vernetzung und Snacks. Du kannst die gewonnenen Erkenntnisse nutzen, um dir selbst oder deiner Familie und Freunden auf wirkungsvolle Art Unterstützung zu geben. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Komme einfach so wie du bist!



*“Das Wunder ist es nicht, auf dem Wasser zu gehen. Das Wunder ist es, im gegenwärtigen Moment auf der Erde zu gehen, um den Frieden und die Schönheit wertzuschätzen, die jetzt vorhanden sind.”*

-Thich Nhat Hanh

Teilnahme auf Spendenbasis

**Anmeldung und weitere Infos:**

info@praxis-freiraum.one

Telefon : 015785913879

Florian Daniel

**www.praxis-freiraum.one**

Klotzbergstr. 32 - 77830 Bühlertal  
(sowie in Freiburg nach Absprache)

Dienstags 18 – 20.30 Uhr:  
**Craniosacrale Behandlung**

Donnerstags 18 - 20.30 Uhr: **Metamorphose**

Erster und dritter Samstag im Monat  
11 - ca. 14 Uhr: **Heilströmen**

(Weitere aktuelle Termine auf der Website)

# Heilsame Präsenz

## Gewahr-Sein - Achtsame Berührung - Selbstheilung

### **Craniosacrale Behandlung**

... hat ihre Wurzeln in der Osteopathie, geht heute jedoch in eine Richtung, die besonders unser Gewahrsein, unsere Fähigkeit des Fühlens und die Selbstregulation betrachtet. In einer craniosacralen Sitzung werden wir präsent, um den Atem *des Lebens* zu spüren - als reales Phänomen, das Körper und Geist reorganisiert, heilt und uns eine lebendige Erfahrung von Ganzheit ermöglicht. Diese Selbstheilungskraft ist Teil des Menschen und allen Lebens und schließt unsere geistigen, emotionalen und körperlichen Anteile mit ein. Fühle dich eingeladen, gemeinsam hinzuspüren, um zur Essenz zu gelangen, zum Kern dessen, was das Leben bewegt, hervorbringt und in seiner Integrität erhält.

### **Metamorphose (nach Robert St. John)**

... ist hervorgegangen aus der Reflexologie. An Reflexzonen an Händen, Füßen und Kopf findet eine achtsame Berührung statt, die den Energiefluss in der Wirbelsäule von Blockierungen befreit. Dadurch werden Wandlungsprozesse in Gang gebracht, was der Methode ihren Namen gegeben hat. So können sich Konditionierungen und Muster auflösen, die einer freien Entfaltung des Lebens im Wege stehen. Die Metamorphose wirkt auf den gesamten Menschen und kann auch leicht in der Selbsthilfe angewendet werden. Schritt für Schritt können dadurch Schichten losgelassen werden, und unser tiefstes, inneres und heiles Wesen zum Vorschein kommen.

### **Heilströmen**

Aus dem Japanischen lässt sich der Name dieser Methode übersetzen als *“die Kunst des mitfühlenden Bewusstseins“* oder *„Die Kunst, den Menschen (Körper-Geist) zu harmonisieren“*. In der Berührung bestimmter grundlegender Meridianpunkte stimmen wir uns auf den ewigen Fluss von Energie ein, der uns mit Lebenskraft versorgt. Diese Energie fließt umso müheloser, wenn wir uns innerlich dafür öffnen und uns erlauben, das zu empfangen, was uns immer zur Verfügung steht. Das Heilströmen spricht somit alle Wesensschichten an und harmonisiert von innen heraus durch ein Verbinden mit der Quelle, die alles Leben inspiriert und versorgt.

*Das ist das wirkliche Herz. In ihm ruht die ganze Welt.  
Es ist der Spiegel, in dem wir alle Dinge sehen.  
Deshalb kann man das Gewahrsein  
als das Herz aller Lebewesen bezeichnen.*

