

Therapeutische Wege ins Unbewusste

Wie Yoga & Trance Heilung unterstützen

Mit **Ann-Sophie Briest** (Ärztin & Yogatherapeutin) und **Martin Rösch** (mental-spiritueller Psycho-Onkologe)

Unser Körper

hat und ist eine eigene Intelligenz. Diese birgt ein enormes Potential, das uns in Veränderungsprozessen unterstützt. Heilung ist ein solcher Veränderungsprozess. Natürlich sind wir mehr als unser Körper und ebenso natürlich sind wir in dieser Realitätsebene eben auch unser Körper. Welche Kraft steckt in dem Potential, mit unserem Körper in Dialog treten zu können!

Unser Workshop möchte anregen und ganz konkret und praktisch vermitteln, wie man mit dieser Intelligenz und dem eigenen Körperbewusstsein in Kontakt treten kann. **Ein Tango zwischen Yoga und Trancearbeit!**



Energiearbeit aus Yoga Sicht

Aus der Tatsache, dass wir Energiefelder im Körper nicht unmittelbar wahrnehmen können, dürfen wir nicht schliessen, dass es sie nicht gibt.

Die östliche Wissenschaft des Yoga basiert auf dem Verständnis, dass es unterschiedlichste Formen der Energie gibt. Diese lassen sich wahrnehmen und – mit etwas Übung – auch gezielt lenken.

Im Heilungsprozess geht es so auch immer darum, die Energie (=Lebenskraft) zu stärken und sie im gesamten Körper fließen zu lassen.

Spirituelle Energiearbeit mit Trance-Induktion

Nun gibt es auch immer wieder Störungen im Energiekörper, die man oft im physischen Körper noch nicht verordnen kann. Speziell belastend können energetische Brüche und die Anwesenheit von Energiefragmenten sein, die nicht zu uns selbst bzw. unserem Körper gehören.

Unser Workshop zeigt ganz pragmatisch auf, wie solche energetischen Störungen festgestellt und wirksam behoben werden können.



Ann-Sophie verbindet westliche und östliche Heilungsansätze. Sie arbeitet als Ärztin, Yogatherapeutin und Homöopathin in ihrer Praxis 'Integrative Medizin' in Konstanz. Sie selbst hat Jahre in Thailand und Indien gelebt und dort intensiv Yoga und Meditation praktiziert. In der Überzeugung, dass alle Ebenen unseres Seins (körperlich, energetisch, psycho-emotional, mental und spirituell) wechselwirken, ist es ihr wichtig, diese Zusammenhänge im Workshop erlebbar zu machen und integrative Heilungsansätze aufzuzeigen.

Martin arbeitet seit vielen Jahren als mental-spirituelle Psycho-Onkologe. Wie der Name schon sagt, fast ausschliesslich mit Tumorpatient:innen. Teil seines Handwerkzeugs ist es, Menschen den Spiegel zu halten, dass sie in die Tiefen ihres eigenen Unbewussten vorstoßen können. Dazu gehört auch das eigene Bewusstsein von Organen und Zellen.

Ein Schwerpunkt seines Wirkens liegt in der Energiearbeit, von der er meint, dass sie in zwei Generationen Teil von Medizin sein wird.

Energiearbeit: ein Begriff, der im Workshop sehr konkret und erlebbar gemacht werden wird.



Workshop Inhalte & Verfahren

(80% Erleben, 15% Diskussion 5% Erläutern):

- Yoga: Körpersensibilisierung (Interozeption & Propriozeption)
- Trance: die Diagnostik des eigenen Energiekörpers
- Yoga: vom Wert ins Fliesen zu kommen
- Trance: Techniken zur Auflösung fremder Energiefragmente
- Yoga: Wege zur Traumabewältigung
- Trance: Verdrängtes Körperbewusstsein
- Yoga Nidra: die Trance der tiefen Entspannung
- Trance: Gruppen-Meditationen zum Nachspüren von Energieflüssen
- Yoga-Atmung als Brücke zum Unbewussten
- Spirituelles Chanting

Datum: 21. - 23. April 2023; Freitag: ab 13 Uhr, Sonntag bis 14 Uhr

Ort: Yoga Medizin, Paradiesstrasse 9, Konstanz Altstadt

Kosten: 380€ inkl. Getränke und Mittagessen am Samstag

Anmeldung: Bitte E-Mail an ealae9@gmail.com schicken