

## Berühren und Berührt werden

### Die heilende Kraft der Hände

Samstag, 30. März 2019 / 09.30 bis 18.30  
Uhr / Kosten: € 80,- p.P.  
(inkl. Verpflegung) – Bitte rechtzeitig  
anmelden!

Im Laufe unserer Entwicklung haben wir viele Höhen und Tiefen erlebt, sind verletzt worden, haben uns ohnmächtig und isoliert gefühlt... Diese Verletzungen hinterlassen oft tiefe Spuren und werden in unserem Zellgedächtnis gespeichert. Aber wir haben jeden Tag immer wieder die Gelegenheit unseren Körper emotional "nachzunähren", „aufzufüllen“, „Balsam auf unsere Wunden zu geben“...



Dabei können die Hände helfende Unterstützung bieten (nicht nur meine eigenen Hände, sondern auch die helfenden Hände Anderer).

Einen ganzen Tag lang wollen wir uns von nährenden Händen halten und begleiten lassen, damit unserer Seele wieder „Flügel wachsen können“. Heilende Mudras, Achtsamkeitsübungen, Akupressur, Massagetechniken... in Verbindung mit ätherischen Ölen werden uns in der Energiearbeit mit unseren Händen unterstützen.

So werden wir unsere Hände an diesem Tag neu und anfänglich erfahren und mit ihnen auf eine Entdeckungsreise durch unseren Körper gehen.



### Seminarleitung Gabriele Helbig

Anmeldung und Info über: [tanzkunst@gmx.de](mailto:tanzkunst@gmx.de) oder 0176 21871309 direkt bei Gabriele Helbig.

Vorkenntnisse sind keine nötig. Bringen Sie bitte bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein kleines Kissen mit.  
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.