

WOCHENENDSEMINAR

Die Heilkraft des Atems erfahren

Ganzheitliches Stressmanagement und Bewusstseinsbildung mithilfe der transformatorischen Kraft des Atems



Die Arbeit mit dem Atem eröffnet für jeden eine neue Dimension und Qualität von Lebendigkeit und ist ein überaus wichtiges Werkzeug für die Selbstheilungsprozesse und Erhaltung der Gesundheit.

Für Therapeuten stellt es ein Grundwerkzeug dar, um emotionale Blockaden zu lösen, Energie ins Fließen zu bringen, Lebensenergie aufzutanken, Muskelverspannungen zu lösen und die inneren Organe zu entlasten und zu stärken. Atemarbeit ist für jeden generell ein wunderbares Werkzeug, der daran interessiert ist, sich von Belastungen zu befreien und zu erfahren, wie man sich über den Atem zu einer höheren Energiefülle bringen und gestaute Emotionen loslassen kann.

Sehr wirkungsvolle Atemtechniken führen zu einer höheren Ionisation und zu einer Schwingungserhöhung des physischen und feinstofflichen Körpers und ermöglicht eine erweiterte, intensivere Bewusstseinsbefahrung. Über den Atem erfahren wir den fließenden Rhythmus des Lebens und das lebendige Pulsieren von Geben und Nehmen und können in die Qualität der Unendlichkeit eintauchen.

In diesem Seminar werden für jeden durchführbare einfache Atemtechniken vermittelt, die es ermöglichen, bewusst am eigenen Gesundungsprozess zu arbeiten und damit Kompetenz zur Selbstheilung und weitgehende Unabhängigkeit zu erlangen. Sie lernen Begrenzungen, Ängste, unterdrückte Gefühle, Depressionen, körperliche Blockaden und einschränkende Verhaltensmuster zu verstehen und zu verwandeln. Zwerchfellverspannungen führen zum Beispiel zur Blockierung der Verdauungsorgane, zu Atemstörungen und Herzproblemen. Durch emotional-kybernetische Atem- und Körperarbeit ist es möglich, Atemnot, Herzschmerzen, Herz-Rhythmusstörungen, Herzschwäche, Verdauungsstörungen wie Blähungen, Durchfall, Verstopfung etc., Nierenstauungen und Nierenschwäche wieder in eine harmonische Ordnung zu führen.

Weiters erlangen Sie die Fähigkeit, über mental-emotionale Methoden Ihre komprimierten Bandscheiben zu entlasten und von Nervenschmerzen zu befreien. Das wieder gewonnene Körperbewusstsein bietet Ihnen erneut Raum, um die Körpersprache zu verstehen und den Informationsinhalt von Krankheitssymptomen zu erkennen und Blockaden aufzulösen zu lernen.

Wir arbeiten mit Elementen der transpersonalen Psychologie, Morphokybernetik, mit holotroper Atmungstechnik, den verbundenen Atem, den erfahrbaren Atem, des neurogenen Zitterns, Bioenergetik, mit verschiedenen aktiven und passiven Entspannungstechniken, Gestalttherapie, Musik, Rhythmus, Stressbewältigungstechniken, etc. All diese Ansatzpunkte ermöglichen einen tiefgreifenden Selbsterfahrungsprozess, um die Vielfältigkeit des eigenen Potentials kennen zu lernen und Freude, Lebendigkeit und Selbstbewusstsein zu entwickeln.

Nur im Zusammenwirken von Körper, Psyche und Geist können die inneren Lebenskräfte aktiviert werden, damit eine erweiterte Sichtweise, Wahrhaftigkeit, Lebendigkeit und damit eine ganzheitliche Gesundung möglich werden können.

Themenschwerpunkte:

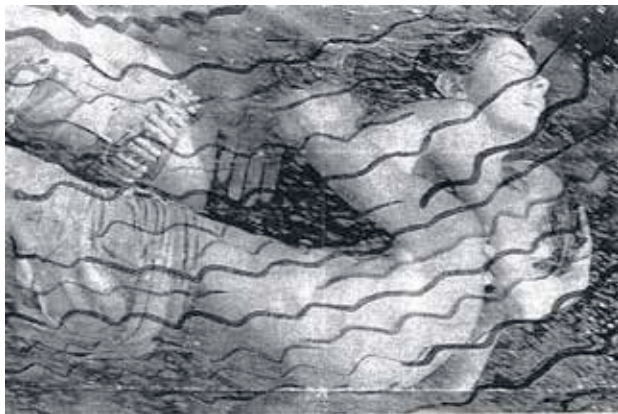
- ☉ Den **Körper** durch dynamische und meditative Körperarbeit aktivieren und von Spannungen befreien
- ☉ Die **Emotionen** durch Atemarbeit und offenen Ausdruck zu befreien und in heilend nährenden sowie tragenden Gefühlen des Friedens zu verwandeln

- ☯ Das **Denken** durch das Erkennen und Loslassen negativer Überzeugungen und lebensverneinender Glaubensprogramme zu klären und neu auszurichten
- ☯ Die **frei gewordene Kraft** durch kreativen Ausdruck kanalisieren
- ☯ Mit Bewusstseinsübungen die **Verbindung zur inneren Führung** erfahren und kreativ nutzen
- ☯ Entdecke das **Tor zwischen dem Atem in die Unendlichkeit deines Seins**
- ☯ Durch Singen, Tanzen, Lachen und Feiern **Leichtigkeit und Freude** erleben und Neues zu integrieren

Der Atem als Quelle für körperliche, emotionale und mentale Gesundheit.

Ich und mein Team freuen sich mit euch den intensiven Prozess zu eurer Freiheit und Lebendigkeit begleiten zu dürfen.

- Veranstalter:** AKADEMIE FÜR GESUNDHEIT UND BEWUSSTSEINSBILDUNG der Wissenschaftlichen Gesellschaft für Quantenmedizin und Bewusstseinsforschung, www.quantenmed.at
- Seminarleiter:** **Dr. med. Ewald Töth**
Wissenschaftlicher Leiter der Akademie und der Wissenschaftlichen Gesellschaft für Quantenmedizin und Bewusstseinsforschung, www.dr-toeth.at, www.quantenmed.at, www.bewusstsein-akademie.at
- Seminarorganisation:** akademie@quantenmed.at
- Termin und Zeiten:** **Fr., 19. bis So., 21. April 2024**
Fr., 19.00 – 22.00 Uhr / Sa., 09.30 – 18.00 Uhr / So., 09.30 – 13.00 Uhr
- Kostenbeitrag Seminar:** € 455,--
- Ort / Übernachtung:** **Seminar- und Landhotel Häuserl im Wald******, Familie Langanger
A-8962 Mitterberg-Sankt Martin, Gersdorf 71, www.haeuserlimwald.at
Tel.: +43 (0)3685/22280, Mail: hotel@haeuserlimwald.at
- Kostenbeitrag Hotel:** Vollpension Doppelzimmer: € 256,--/Person zzgl. Ortstaxe
Vollpension Einzelzimmer: € 294,--/Person zzgl. Ortstaxe
Die vergünstigten Zimmerpreise gelten nur für Seminarteilnehmer für den gesamten Aufenthalt von Fr. bis So. inkl. Vollpension (3-gängige Menüwahl, Fr. Abendessen, Sa. Vollpension, So. Frühstück/Mittagessen). Wird vor Ort mit dem Hotel abgerechnet.
Ein Zimmerkontingent ist auf „Seminar Dr. Töth, 19.-21.04.2024“ reserviert. Bitte um rechtzeitige, selbständige Zimmerreservierung im Seminarhotel, da die Zimmeranzahl beschränkt ist.
- Anmeldung Seminar:** Ausschließlich online unter <https://www.bewusstsein-akademie.at/veranstaltung/>
- Teilnahmebedingungen:** Das Verbleiben am Seminarort ist aus gruppendynamischen Gründen wichtig! Nur das Loslassen von täglichen Belastungen ermöglicht ein integriertes Arbeiten und inneres Erleben.



**Der Körper ist ein
Instrument
für die Erfahrung
des menschlichen
Geistes**