

MOTI THERESIA KÖNIG

IM HERZEN DES SEINS



Illustration: Lucas Becker

JAHRESTRAINING 2018

Zapchen Tsokpa

JAHRESTRAINING 2018

Zapchen Somatics

15. – 17. Juni 2018

14. – 16. September 2018

14. – 16. Dezember 2018

Zapchen Somatics Übungen unterstützen Wohlbefinden und Heilung

Moti lehrt an diesen Wochenende feine spielerische Übungen, die Freude und Wohlbefinden unterstützen und den Fokus von negativen Zuständen oder Stimmungen weg führen. Durch die Übungen wird die Selbstregulation aktiviert. Heilung kann geschehen im Raum der Achtsamkeit, Präsenz und des Nicht-Tuns. Durch spielerische Möglichkeiten, die Atmung, Bewegung und Stimme einbeziehen, öffnen sich die inneren Kanäle, die ureigene Pulsation des Körpers findet wieder ihre Freiheit, physische, geistige und energetische Gesundheit wird unterstützt.

Inneres Glück und eine neue Lebensfreude können sich ausdehnen, unabhängig von äußeren Umständen und jenseits unserer persönlichen Geschichte mit all ihren negativen Erfahrungen. Wie anders kann die Welt aussehen, wenn wir in unseren Herzen ruhen!

Buchempfehlungen:

„Embodying Well-Being“ (Wie man sich trotz allem wohl fühlen kann),

„Das Buch vom Summen“ (The Hum Book),

beide von Dr. Julie Henderson, AJZ Druck und Verlag

Moti Th. König, Heilpraktikerin und
Dipl. Soz. Päd., somatische und spirituelle
Lehrerin, lehrt seit 30 Jahren in Europa,
Nepal und Bali

