



In diesem Workshop möchten wir uns näher mit 2 Themenkomplexen beschäftigen, die häufig mit unseren aktuellen „Problemen“ zu tun haben und mittlerweile auch auf gesellschaftlicher Ebene massive Auswirkungen zeigen.

1. Eine eigene Haltung im Leben haben. Abgrenzung von Manipulation
 - a. Balance zwischen männlichen und weiblichen Anteilen.
 - b. Hingabe. Empfangen und Geben

Dieses Themengebiet ist ungemein wichtig, wenn wir uns frei und unbeeinflusst bewegen wollen. Oft fühlen wir uns erschlagen von all den Ansprüchen die an uns gestellt werden, hilflos den globalen und gesellschaftlichen Herausforderungen gegenüber.

Die Ohnmacht gegenüber der täglichen Flut von Informationen, lässt uns häufig in einen Zustand der Trennung gehen. Wir trennen uns ab von unseren Gefühlen (Herz) und unserem Körper. Wir bilden also keine Einheit mehr, sondern trennen wichtige Anteile ab, um, so glauben wir, zu überleben, durchzuhalten o.ä..

Tatsächlich geben wir damit unsere Handlungsfähigkeit ab. Wir spüren uns nicht mehr und trennen uns, aus Angst vor Verletzung, von unserer wichtigsten Lebensenergie ab. Die Synergie von Herz und Verstand, der Zustand von „Kohärenz“, dem Gleichklang von dem was ich fühle und denke, findet nicht mehr statt. Wir verlieren den Zugang zu unserer Intuition und nehmen uns nicht mehr als Einheit wahr.

In dieser Einheit, die sich auch in einem körperlichen Wohlgefühl ausdrückt, liegt unsere eigentliche Wahrheit und Kraft.

Es ist eine innere Kommunikation und Balance, die unsere Antworten birgt. Sie ist der Weg zu Hingabe, Liebe und Erfolg.

Wir möchten den Blick wieder hinwenden zu dieser Einheit, wieder spüren wer wir sind und Techniken und Gesetzmäßigkeiten kennenlernen, wie wir uns unerwünschten Einflüssen gegenüber besser abgrenzen können.

Wer bin ich, wenn ich mich nicht daran orientiere, wer ich sein „sollte“? Unabhängig von den Einflüssen meiner Familie, Freunde und Partner?

Erst wenn ich im Kontakt mit mir selbst bin, kann ich auch empfangen, Vertrauen empfinden, mich hingeben. Die Balance zwischen männlicher und weiblicher Energie spielt hierbei eine große Rolle.

2. Loslösung. Trennung von geliebten und ungeliebten Menschen

Um uns selbst zu spüren, ist es notwendig die eigenen Grenzen zu kennen. Wenn diese überschritten wurden, wir von Fremdenergie beherrscht oder beeinflusst sind, wird es schwer eigene, klare Entscheidungen zu treffen.

Dieses Thema betrifft uns heute alle, da wir einem permanenten Informationsfluss ausgeliefert sind, der unmerklich unser Denken und Handeln verändert, solange wir dieser Situation nicht mit Bewusstheit begegnen.

Fremdenergien können uns aber auch durch Partner, familiäre Beeinflussung etc. durchdringen. Allzu oft halten wir an den Energien anderer fest, obwohl längst eine Trennung statt gefunden hat.

Diese Anteile möchten wir klären und wieder austauschen. Eine Achtsamkeit dafür schaffen, um uns selbst die Möglichkeit zu geben zu unserem vollen Potential zu wachsen.

„Arbeit ist sichtbar gemachte Liebe“

© Tatjana Cichon, 2018



www.tatjanacichon.com