

Gemeinsam authentisch

Emotionale Freiheit

Webinar: 6. Dezember 2023

Wieder Zugang finden zu unserer Weisheit

KörperIntelligenz



Download Video-Aufzeichnung:

Über untenstehenden Link findest du die Video-Aufzeichnung:

[LINK](#)



Ablauf des Webinars:

Warum wir mit dem Verstand keine Probleme lösen können

- Die drei Limitierungen des Verstandes.
- Der Verstand nimmt Neues sehr widerwillig auf.
- Warum wir oft nicht die momentane Wirklichkeit sehen, sondern nur das, was wir schon aus der Vergangenheit kennen.

Ab Min. 9.09: Beispiele aus dem Leben: Was passiert, wenn sich Lösungen ohne darüber nachdenken ergeben.

Ab Min. 14.29: Wenn der Fokus zu sehr beim Denken ist: Wir haben oft einen zu grossen Anteil unserer Aufmerksamkeit beim Denken. Was uns helfen kann, mehr in allem präsent zu sein, nicht nur im Denken.

Ab Min. 20.46: Austausch: Der Sinn von körperlichen Schmerzen / Oft denken wir nur, wir würden den Körper spüren. / Wenn das Spüren zu einer Tätigkeit wird, ist es wie ein Übertonus. In allem präsent-Sein passiert mühelos.

Emotionen und Gefühle

Ab Min. 37.06: Modell: Wahrnehmung → Emotionen (frei) → Verstand → Gefühle (blockiert)

Emotionen und der Regenbogen

Ab Min. 45.42: Wie wir gelernt haben, dass es gute und schlechte Emotionen gibt und wie wir dadurch in der Polarität gelandet sind.

Die zwei Aggregat-Zustände unserer Empfindungen: Emotionen und Gefühle

Wie z. B. ein Gefühl der Trauer kreativ genutzt werden kann, solange sie frei (und ohne Bewertung) fließt.

Meditative Innenschau

Ab Min. 53.00: Wo haben wir das schon erlebt, dass eine Emotion da war und dass wir uns währenddessen frei und leicht gefühlt haben? Was hat dazu verholfen, dass wir diesen Moment so frei erlebt haben?

Ab Min. 1.00.44: Mystischer Moment: Wundervolle Erkenntnis von einer Teilnehmerin. Danach weitere vertiefende Kommentare von anderen TeilnehmerInnen.

« Alles, was wir meinen, vermeiden zu müssen, ist das Leben selbst! »
(Aussage einer Teilnehmerin)

Abschluss-Meditation

Ab Min. 1.25.03: Kurze Meditation zum Integrieren.



Weitere Infos:

Webinare:

«Gemeinsam authentisch», «Körperreise», kostenlose Kurz-Meditation

<https://www.anja-perron.ch/kurse/webinare/>

Impulse und Austausch zum Thema «Emotionale Freiheit»

Telegram-Gruppe: Inklusive Webinar-Daten

<https://t.me/joinchat/KKPMRar94FdiZTVk>

Video-Sammlung zu verschiedenen Themen auf meiner Homepage:

<https://www.anja-perron.ch/kontakt/inspiration/video-sammlung/>

Naturheilpraxis:

Naturheilpraxis: Anja Perron, Tannerstrasse 10, CH-9437 Marbach

Körperreise: <https://www.anja-perron.ch/einzel-begleitung/koerperreise/>

Kurz-Impulse: <https://www.anja-perron.ch/einzel-begleitung/kurz-impulse/>

Online-Shop: <https://www.engel-auf-erden.ch/shop/>

Seminarwochen 2024: <https://www.engel-auf-erden.ch/seminarwoche/>

Ich wünsche euch viel Wohltuendes beim Anhören dieser Aufzeichnung! 😊