

Innerer Widerstand

spüren – annehmen – lösen

Erlebnisseminar mit Karl-Heinz Köpf

Am 31.08. - 01.09.2024 in Hünfelden



Innerer Widerstand verursacht **Schmerz, Leiden, gesundheitliche Probleme, Unwohlsein, Ärger, Stress etc.**

Es ist eine innere Haltung des „Dagegen-Seins“, des „Nicht-haben-wollens“ dessen was ist.

Meist sind es Widerstandsmechanismen, die unbewusst ablaufen und wir bemerken sie nur durch die oben angeführten Auswirkungen, sind uns aber selten bewusst, dass die wahre Ursache nicht im Außen, in der Situation liegt, sondern in uns selbst.

Um mit den eigenen Widerständen konstruktiv umgehen zu können, ist der erste Schritt, sich diese bewusst zu machen. Nur wenn wir uns ihrer bewusst werden, haben wir die Möglichkeit Einfluss zu nehmen.

Annahme, Akzeptanz, Öffnung stehen dem Widerstand gegenüber und sind die Grundlage für **Wohlbefinden, Kraft, Leichtigkeit, Freude und ehrliche, liebevolle Kontakte.**

In diesem Seminar wirst du in spielerischer, lockerer Atmosphäre Gelegenheit haben, deine Widerstände und deren Mechanismen kennen zu lernen und zu verstehen. Und durch einen bewussten Umgang mit ihnen, immer **unabhängiger** zu werden **von äußeren Bedingungen**, was dein inneres Empfinden und Wohlbefinden angeht.

Die persönliche Erfahrung steht auch in diesem Seminar im Mittelpunkt.

Ich freue mich darauf, dich auf dieser Entdeckungsreise zu begleiten.

Herzlichst,

Karl-Heinz

Termin

31.08. - 01.09.2024

Samstag 10:00 – 18:00 Uhr

Sonntag 10:00 – 16:00 Uhr

Ausgleich

245 Euro

Seminarort

Altes Rathaus Hünfelden

Hauptstraße 23

65597 Hünfelden

Mitzubringen

Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, evtl. Sitzkissen

Organisation und Anmeldung

Petra Hofmann

Mobil: +49 (0) 151 – 70135487

dialog@ki-energie.de

Seminarleitung:

Karl-Heinz Köpf

Seminarleiter / Trainer

Heilpraktiker

Dipl. Wirtschaftsingenieur



**Informationen zu weiteren
Seminaren und Angeboten unter:**

www.karl-heinz-koepf.de