



08.06.2018
18.00 – 21.30 Uhr
im MOSAIK-Seminarraum in Alling



Im Flow

...achtsam im Moment mit NEUROGRAPHIK

Ein Gefühl des Glücks, der völligen Vertiefung und des Aufgehens in einer Tätigkeit...
Die subjektive Erfahrung von **Mühelosigkeit**...
Verändertes Zeitempfinden und **ganzheitliches Erleben**...

Das sind nur einige Ansätze, um zu beschreiben, was es heißt, „Im Flow“ zu sein.

Es ist faszinierend, Kinder dabei zu beobachten, wie sie ganz in eine Handlung versinken und dabei alles vergessen, was um sie herum passiert. Kinder sind Flow-Profis.
Es scheint so, dass im Erwachsenenalter diese Flow-Erlebnisse immer weniger werden.
Flow ist keine Technik. Flow ist vielmehr ein erlebter Zustand, der für jeden Menschen erfahrbar ist.
Die Forschung schreibt Flow-Erlebnissen viele hilfreiche und gesundheitsfördernde Wirkungen zu.
Es scheint also außerordentlich sinnvoll, sich selbst regelmäßig Flow-Momente zu schaffen.

Haben Sie Lust, sich mit der NEUROGRAPHIK in den Flow zu begeben? Dann lade ich Sie ein, am 08.06.2018 mit auf die Reise zu gehen.

Wir beginnen den Abend mit einer „Achtsamkeitsmeditation“.
Nach einer kurzen Einführung in die NEUROGRAPHIK wird sich Ihr persönliches Bild entwickeln.
In diesem Workshop ist es nicht erforderlich, an einem speziellen Thema zu arbeiten.
Lassen Sie sich vielmehr führen von den Linien, den Formen und den Farben.
Lassen Sie sich ein auf die Absichtslosigkeit.
Lassen Sie sich überraschen, was daraus entsteht, und welche Aussage Ihr Bild für Sie bekommt.

Durch diese Arbeit können sich innerer Beschränkungen auflösen. NEUROGRAPHIK lässt neue Wege entstehen.
Und das Schöne dabei: Man muss nicht zeichnen können.

Weitere Informationen zu NEUROGRAPHIK finden Sie auf der Website www.mosaik-schuhbeck.de

SEMINARPREIS

€ 80,-

Alle benötigten Materialien werden zur Verfügung gestellt.
Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Teilnehmer begrenzt.

SEMINARLEITUNG

Christine Schuhbeck,
Persönlichkeitstrainerin & Coach

Neurographik-Spezialistin, Achtsamkeitstrainerin
Soul Coach® (Denise Linn/USA), Certified LIFO®-Practitioner

