

6.11.2027, 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Dr. Isolde Macho

Loslassen und Aufatmen

Mir selbst Raum geben

Wo wir Unnötiges loslassen, geben wir uns selbst Raum. Dieser innere oder auch äußere Raum ermöglicht sowohl persönliche Kompetenzen zu entwickeln wie ein freieres Miteinander mit anderen Personen. In Indien ist die Blume das Symbol für das Element „Raum“. Sie entfaltet sich aus der Geborgenheit des Knospendaseins. Sie öffnet sich in den Raum hinein zu einer wunderbaren Blüte. Entfaltung oder Entwicklung bedeutet aufzuatmen und den eigenen Platz einzunehmen. Immer wieder kommen wir im Laufe unseres Lebens in jene Phasen, wo Altes zu eng wird und anderes ausprobiert, gewagt, ermöglicht werden möchte. Das kann in Beziehungen sein, im beruflichen oder auch im Glauben oder in Bezug auf Lebenseinstellungen.



Was drängt in uns zur Veränderung hin?

In diesem Workshop geben wir einander Raum, uns im Loslassen und Aufatmen zu üben.

Methoden: Biographiearbeit, Strukturaufstellungen, Körperwahrnehmungsübungen, Dialogspaziergang

Leitung: Dr. Isolde Macho www.isoldemacho.com

Kosten: ca. 35,00 Siehe KEB

Veranstalter und Anmeldung: keb.frankfurt@bistumlimburg.de oder e.priester@bistumlimburg.de