



Die Magie der Achtsamkeit : Beiträge des 10. Bildungsfestivals in Weggis, INFO-Programm, 4 DVD-Videos

By Peter A Levine

Auditorium Netzwerk Mrz 2017, 2017. DVD. Condition: Neu. Neuware - Beiträge des 10. Bildungsfestivals in Weggis Mit Peter A. Levine, Jilm Feil, Marianne Bentzen und Tom Crum 'Verkörperter Achtsamkeit' war der Titel des 10. Schweizer Bildungsfestivals, bei dem Spezialisten ihres Fachs Facetten der Thematik beleuchteten. Tom Crum: Die Magie der Achtsamkeit Der bekannte Aikido-Lehrer, Seminarleiter und Autor präsentiert Wege zu einem achtsamen Leben. Er zeigt, wie Konfliktsituationen mit Zentrierung besser bewältigt werden, wie wir zu mehr Ressourcen für den Umgang mit Herausforderungen kommen, sodass wir selbst unter Stress effektiv und präsent handeln können. Mit faszinierenden Kampfkunst-Präsentationen. Marianne Bentzen: Auf die Gnade horchen: Emotionale und spirituelle Reife - in guten wie in schlechten Zeiten Die erfahrene Körperpsychotherapeutin (Bodydynamic Analysis, Somatic Experiencing, Neuroaffektive Therapie) verweist darauf, dass es weniger darum geht, was geschieht, sondern wie wir uns auf Lebensereignisse einlassen, uns ihnen hingeben. In achtsamem Gewahrsein und Spüren werden Momente der Gnade und Stille im Strom des Bewusstseins erlebbar. Mit geleiteter Meditation! Peter A. Levine: Die Rolle des Körpers in der Achtsamkeit - Von 'Mindful' zu 'Mind-Body-Ful' Die achtsame Wahrnehmung körperlicher Abläufe und Signale nimmt in der Arbeit von Peter A. Levine eine zentrale Rolle ein. Der weltweit lehrende Trauma-Spezialist und Begründer...



READ ONLINE
[1.13 MB]

Reviews

This publication might be well worth a read through, and much better than other. It is amongst the most incredible book i actually have read through. I am delighted to tell you that here is the finest book i actually have read through inside my own life and could be he best ebook for possibly.

-- **Aracely Hickle**

This is the very best publication i have got go through until now. I am quite late in start reading this one, but better then never. I discovered this pdf from my dad and i encouraged this book to understand.

-- **Casimer McGlynn**