

Bitte anmelden bei

**Marianne Dietz-Grebe,
Mobil 01522- 95 49 468**

Marianne@Dietz-Grebe.de



Kosten des Workshops:

80 Euro

alking in Your Shoes®

Chakren

und mehr

Den Energiefluss stärken

Zuerst geht um die Stärkung unserer Chakren und um das Auflösen von Blockaden. Damit stärken wir unsere Energie und kommen in ein besseres Wohlfühl im Körper.

Danach können auch eigene Themen gewalkt werden

Marianne Dietz-Grebe hat 2012 die Ausbildung für Walking in your Shoes® (**WIYS**) abgelegt und ist seit 2014 Ausbilderin für WIYS. Sie ist systemischer Coach, Geomantin und arbeitet mit Heilenergien.

Details siehe

www.Dietz-Grebe.de

**WIYS®-Workshop
mit
Marianne Dietz-Grebe**

Samstag, 16.11.2024

10-17 Uhr

Ort

Praxis Jutta Franke
Große Barlinge 21
30171 Hannover



Walking-in-your-shoes®

Warum soll ich mich mit den Chakren beschäftigen

Wenn wir nicht in Balance sind, drückt sich das in den Chakren aus. Umgekehrt komme ich in Balance, wenn ich die Chakren stärke.

Was haben die Chakren mit Walken zu tun

Auch bei einem Walk kann es darum gehen, in Balance zu kommen. Und wenn wir die Chakren walken, erkennen wir die Themen, die uns im Kern beschäftigen über die Alltagsprobleme hinaus, wir bekommen also mehr Tiefe bei unseren Walks und sammeln mehr Erkenntnisse über uns.

Damit können wir fehlende Erfahrungen ausgleichen und stärken unsere Basis.

Ich freue mich auf Dich – herzlich willkommen!

Was ist WIYS®

Diese Methode dient dazu, sich selbst besser kennenzulernen und neue Erkenntnisse zu gewinnen. Aus dem Gehen kommt das Verstehen.

Dazu nutzt WIYSÒ den „felt sense“, also die Einstimmung auf das ganzheitliche Körperempfinden.

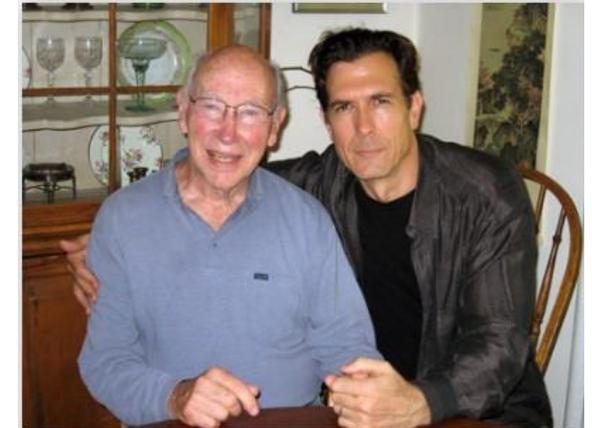
Empathie, Wahrnehmungen und Mitgefühl ermöglichen ein tieferes Verständnis davon, was die „Verkörperung“ des Anliegens uns sagen möchten. Durch den Fokus auf die Gefühle und unter Umgehung des bewussten Denkens ergeben sich Hinweise für eine mögliche Alternative zu den bisher gewohnten Handlungsweisen. Das Erkennen schafft weitere Klarheit und verändert das Bewusstsein.

So können tiefere Einsichten zum Anliegen, wie z.B. Symptome, blinde Flecken, Beziehungsfragen, das eigene Potential ... auftauchen, Entscheidungen klarer getroffen werden und Ressourcen entdeckt werden, die das Leben stärken. Jedes spürbare Anliegen lässt sich walken. Am besten versteht man die Methode beim praktischen Anwenden.

Es ist auch gut möglich, als Therapeut oder Coach WIYS unterstützend anzuwenden.

WIYS wurde Mitte der 80er Jahre von John Cogswell und Joseph Culp begründet.

Christian Assel hat es 2009 nach Deutschland gebracht.



"Stating one's intention to be another person and walking with that intention, one is able, through the spontaneous wisdom of the Body/Mind, to deeply and accurately experience that person."

John F. Cogswell, Ph.D.
(*"Walking-In-Your-Shoes"* Journal of Humanistic Psychology, 1993)



Praxisraum