Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka - Achtsame Berührung - In Verbindung Sein.

Ein Einführungskurs auf der Insel Korfu



Dozentin: Maria Büttner
Expertin und Ausbilderin Rhythmische Einreibungen,
zertifizierte MBSR-Achtsamkeitslehrerin,
Anthroposophische Körpertherapeutin,
Heilpraktikerin, Gesundheits- und Krankenpflegerin
Details siehe unter: www.mariabuettner.de



Rhythmische Einreibungen
sind achtsame, pflegend therapeutische Berührungen, die weich und fließend, wärmend und einhüllend sind. Sie wirken auf die Flüssigkeitsströme im ganzen Körper und durch ihre rhythmische Gestaltung ordnend auf den Organismus.

Tief im Innern kann ein Erinnern an den eigenen ureigenen Rhythmus entstehen. Ein Gefühl von Durchwärmung und Durchatmung entsteht und so kann sich Verfestigtes in verschiedenen Bereichen lösen und Vieles wieder ins Fließen, kommen. Das eigene Heilungspotential wird stimuliert. Ein Lösen, ein Wieder-Eins-Sein und ein Neuvermögen können sich einstellen.

Ein Ankommen in eine innere Ruhe, zu besserem Schlaf, zu Lebenskräften, ein Aufhellen der Stimmungslage kann geschehen. Und plötzlich können sich andere Ansichten und Möglichkeiten auftun.
Bei dieser Art von Berührung kann ein Gefühl von „ICH bin gemeint …“ entstehen.



Lerninhalte

Qualitätskriterien wie Rhythmus und Berührungsqualität. Innere und äußere Haltung, Hinwendung und wieder bei sich ankommen, Einbeziehen des Umraums, Selbstpflege.

Teileinreibungen des Körpers, u.a. Rücken, Brust, Unterschenkel, Füße und Hände

Verbunden mit Elementen aus dem MBSR- Programm „Stressreduktion durch Achtsamkeit“.

Wie Wahrnehmen was ist, Ausstieg aus dem Autopilot, Offenheit, Gelassenheit, Atem im weiten Sinne, Lauschen, Da-Sein, im Moment sein… und vieles mehr.

Erleben und Beobachten des Rhythmus des Meeres, der Wolken und des Sandes.



Ort: Seminarzentrum Mythos in Arillas auf Korfu in Griechenland

Wer: Gesundheits- und KrankenpflegerInnen, AltenpflegerInnen, Hebammen, HeilberuflerInnen, Mütter und Väter, alle erwachsenen Menschen

Form: Workshop an 5 Tagen in der Woche, mit einem freien Tag dazwischen. 4 Stunden täglich.
Wir üben aneinander

Wann: 24.07.2027- 31.07.2027

Kurspreis : € 490.- (ohne An-/Abreise und Aufenthalt)

Anmeldung/Buchung:
Aufenthalt bei Inside travel, info@inside-travel.com
Kurs bei Maria Büttner, mail@mariabuettner.de
bis spätestens 22.06.2027