

FAMILIENSTELLEN – ZYKLUS DIE CHAKREN NABELCHAKRA

Datum	Sonntag, 28.06.2020
Uhrzeit	9.30 Uhr – 12.30 Uhr
Ort	Sandweg 10 85088 Vohburg - Knodorf
Beitrag	Betrachter 10,00 € Stellvertreter 35,00 € Aufsteller 150,00 € (Kostenübernahme von dritter Seite ist abzuklären))
Anmeldung	Handy: 015788722501 trance.musiktherapie@gmail.com
Vorkenntnisse	Keine
Veranstalter	M.A. Schmid Karl, Musiktherapeut Dipl. Sozialpäd., HP Psychotherapie



**Lehrseminar mit
Möglichkeit der
eigenen Aufstellung**

Im Dritten Teil des Aufstellungszyklus erfahren wir die psychische Qualität dieses Chakras geprägt von Wille und Selbstbehauptung. Die Ich-Stärke, mit der Fähigkeit Ja oder Nein zu sagen, Entscheidungen zu treffen. Die Stärkung des Chakras entsteht, indem wir uns Abgrenzung und selbstbehauptende Gefühle erlauben, auch wenn Ziele des Herzens kämpferisch durchgesetzt werden müssen. Zunächst muss ein Ego aufgebaut werden, um später den Prozess des Loslassens üben zu können.

Rhythmus, Klang und Bewegung ermöglichen Erfahrungen der Stärke, katharischen Gefühlsausdruck und Bewusstwerdung. Hörendes und spürendes Musikaufnehmen, Musik- und Klangerzeugung im aufeinander bezogenen Agieren im systemisch Beziehungsgefüge geben sich die Hand. Die Wut im Bauch wird befreit, übernommenen Schuldgefühlen, unterdrückten Sehnsüchten, Erlebnissen von Ohnmacht und Hilflosigkeit begegnet. Problemstellungen wie Depressionen oder Essstörungen mit einhergehenden Gewichtsproblemen ihre Energie entzogen. Verkrampfungen und Blockaden im Denken, Fühlen und Wollen lösen sich. Man entdeckt für sich wieder: Ich bin da ich darf für mein Leben eintreten.

Wortbeiträge sind willkommen, aber es ist es bei dieser Form der Aufstellung grundsätzlich nicht notwendig über Erkrankung oder Belastung zu sprechen. Stillschweigen über die Erlebnisse der Teilnehmer ist verbindlich. Musikalischen Fähigkeiten und Grundlagen im Familienstellen sind nicht erforderlich. Nur ein offenes kindliches Gemüt, getragen von positiven Erwartungen dem Angebot freundlich zugewandt. Jedoch darf der Wunsch nach positiver Veränderung nicht die Bereitschaft seinen eigenen Schattenseiten aufrichtig zu begegnen überschatten.

Nach Anmeldung erhält jeder Teilnehmer ein Musikstück. Dieses initiiert, vertieft und stützt den inneren Prozess zusätzlich. Macht ihn erträglicher, wenn dieser mit körperlichen oder psychischen Beschwerden einhergeht. Zum Anhören des Musikstücks wird eine spezielle musiktherapeutische Technik basierend auf dem Prinzip der autonomen Regulierung schriftlich vermittelt.