



Die 4-Körper-Aufstellung

Die 4-Körper-Aufstellung ist ein plastisches Hilfsmittel, um den eigenen Ist-Zustand zu betrachten. Sie macht die Beziehungen Deiner verschiedenen Körper deutlich und gibt Hinweise auf die Punkte, an denen die Energie wieder fließen darf. So eröffnet sich die Möglichkeit, Frieden und Harmonie zwischen den einzelnen Körpern herzustellen und Du kannst in den Fluss und die Freude Deines eigenen Lebens eintauchen.

Die vier Körper:

Physischer Körper (unser Körper)

Emotionalkörper (Sitz und Speicher unserer Gefühle und Erfahrungen)

Mentalkörper (Sitz unserer Gedanken und unseres Willens)

Spiritualkörper (Sitz der Seele)

Jeder dieser Körper hat unterschiedliche Aufgaben und Bedürfnisse. Werden diese dauerhaft nicht erfüllt, entsteht ein Ungleichgewicht, das langfristig gesehen das gesamte Energiesystem negativ beeinflussen kann. Dies kann sich in unterschiedlichen Formen zeigen: körperliche Beschwerden, chronische Krankheiten, psychische Verstimmungen, Depressionen, mentale Schwäche wie z.B. Konzentrationsstörungen oder in dem Gefühl, sich spirituell vollkommen verloren zu fühlen.

In dem Seminar übernehmen von Dir ausgewählte Teilnehmer die Rolle der einzelnen Körper, ähnlich wie bei einer Familienaufstellung. Deine Körper beginnen, miteinander zu kommunizieren und zu interagieren und zeigen Dir das Ungleichgewicht.

Wir bringen die vier Körper ins Gespräch miteinander und unterstützen sie dabei, ihre wahre Aufgabe wieder zu erkennen und anzunehmen. Jeder kann dann seinen ihm zugehörigen Platz einnehmen und sich zum Besten aller einbringen (das ist Teamwork!). Wir unterstützen diesen Prozess sanft und liebevoll mit energetischer Arbeit.

Die Harmonie, in der die 4 Körper wieder zusammenfinden, wirkt sich unmittelbar auf den Aufsteller selbst auf: dort, wo der Lebensfluss, die Freude, auch die Anmut und Leichtigkeit wie abgeschnitten zu sein schien, gerät etwas in Bewegung, kann sich verändern und ein völlig neues Lebensgefühl, eine vollkommen neue Aussicht auf eine andere Zukunft kann beginnen zu wachsen und zu reifen.