

Metaphysisches Autogenes Training Aufbaukurs

Im Aufbaukurs des metaphysischen Autogenen Trainings erlernen wir anhand von vielseitigen Übungen die Entspannung zu vertiefen und uns selbst und unsere Umgebung besser wahrnehmen zu können, um in jeder Situation des Lebens besser und zum Wohle aller zu handeln.

Dieser intensive Kurs wird uns neue Erfahrungen bringen und uns helfen, unseren Charakter noch mehr zum Erfolg hin zu verändern, um noch gesünder, glücklicher und erfolgreicher werden zu können.

Durch Heilbringende Übungen der tiefen Entspannung, erfahren wir eine erholsame Ruhe und Ausgeglichenheit, die Geist, Seele und Körper in eine schöpferische Harmonie bringt . Dieses gibt uns die Möglichkeit, die Erfahrungen der Vergangenheit in der Gegenwart so zu nutzen und zu erkennen, dass wir frei werden von weniger Gutem und dass das Gute und Heilvolle sich in uns stärkt.

Das Ziel dieses Aufbaukurses liegt darin, dass wir durch die aufeinander abgestimmten Heilbringenden Übungen und deren gezielte Anwendung unseren Charakter zum Guten hin verändern und unsere Wahrnehmungsfähigkeit stärken können.

Dieses sowie neue Erkenntnisse und Erfahrungen helfen uns, unser Leben so zu gestalten, dass wir in allen Bereichen mehr Heil, Freude, Erfüllung und Erfolg erfahren können.