

Die Spirituelle GFK begleitet Menschen auf ihrer Reise in eine tiefe Begegnung mit sich und anderen. Im Workshop lernst du, wie du die 4 Schritte der GFK nutzen kannst, um deine spirituelle Praxis zu vertiefen und wie DYADEN und TRAUMA - Heilungsmethoden deine GFK - Praxis stärken und festigen können.

1. *Wahre Beobachtung:
befreit von Angst und lässt Liebe zu.*
2. *Selbstregulierungsmethoden, die dir in emotional angespannten Situationen wirksam und schnell helfen. / Trauma - Bewusstsein und die Weisheit des Körpers.*
3. *Bedürfnisse als Seelenqualitäten.
Das Göttliche ist in uns gegenwärtig.*
4. *Dein Seelenausdruck.
Gibt dich deiner inneren Führung hin.*

Wir nutzen verschiedene Formate:

- > das Modell der Gewaltfreie Kommunikation als spiritueller Wegweiser
- > die Dyaden - Meditation zum Erforschen deiner eigenen Weisheit
- > Intuitives Schreiben, um in Verbindung mit deiner inneren Führung zu kommen
- > NARM (Entwicklungsstrauma) und Havening Techniques® (Kraft der sanften Berührung)
- > Verschiedene Meditationen

Wir arbeiten in Kleingruppen, im Plenum und in Einzelarbeit. Grundkenntnisse in Gewaltfreier Kommunikation sind erwünscht.



Simone Anliker ist CNVC-zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, zert. Havening Techniques® Practitioner, zert. NARM® Trauma Master Practitioner, iEMDR-Coach und Autorin von «Dyaden Meditation – Die neue Art des Meditierens in Zeiten von Einsamkeit und sozialem Stress.» Sie ist Gründerin von Global Dyad Meditation.

www.simoneanliker.com | www.globaldyadmeditation.org