

Hallo Ihr Lieben!

Liebe Interessentin, lieber Interessent, liebe Freundinnen und
Freunde, Kolleginnen und Kollegen!

Wie immer verwende ich das „Du“, da ich mit vielen von Euch per
Du bin und freue mich, wenn Sie sich mitgemeint fühlen.

„Die Normalität ist eine gepflasterte Straße, man kann gut darauf
gehen – doch es wachsen keine Blumen auf ihr.“ Vincent van Gogh

Für die Pfade und Wege mit Blumen gibt es diesen Rundbrief und
folgende Angebote:

**Die Einladung zur Feier der Wintersonnenwende am 21.
Dezember, Ölanwendungen mit Lilian ab 18. Dezember 19 und im
Januar 2020, Einladung zum Ölenachmittag zum Thema
Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett mit Lilian, am 12.
Januar 2020, „„ Entspannt und beweglich der Sprache des Körpers
lauschen ab Montag, 13. Januar, Frauengruppe „Dem Leben die Tür
öffnen, ab Dienstag, 28. Januar, Mit Deinem Körper befreundet
sein! - Zum Thema: Essen, KörperIn ...„ ab 24. April, Vorausschau
auf eine Stabilisierungs-Übungsgruppe für Menschen, die
Schweres erlebt haben, für Krisenzeiten....., und ein Hinweis auf
Lilian und Stephan`s Reisebericht Walk of Connection - eine Reise
ins Vertrauen. 500km zu Fuß und ohne Geld. Im Januar 2020
Das alles ist fettgedruckt.**

**Und es gibt schöne, inspirierende Texte, ein bisschen werd ich aus
der Praxis erzählen, Ideen teilen und etwas zur Jahreszeit
schreiben in der wir uns gerade bewegen.**

Viel Freude beim Lesen!

**Am Samstag, 21. Dezember 2029 um 17Uhr bist Du
wieder ganz herzlich zur Feier der
Wintersonnenwende** eingeladen. Eintauchen in die Ruhe, die
Stille. Mit Liebe betrachten wir den Weg, den wir gegangen sind,
würdigen was war, verabschieden, was losgelassen werden will

öffnen uns für das Neue, das „Wunderbare“, das in uns geboren werden will. Feiern die Gemeinschaft, essen zusammen Du bist herzlich willkommen!

Sag mir bis spätestens 19.12. Bescheid ob Du kommst. Ich freu mich auf Dich!

Keine Gebühr, Spende willkommen!

Flyer findest Du im Anhang

Lilian bietet wieder Ölanwendungen hier in Bickenbach an. KörperIn und Seele etwas Gutes tun ! In der Zeit von 18. - 23. Dezember 2019 und im Januar 2020. lilian@bewegung-im-leben.com

mobil: 0174 6454125

Mehr über die vielfältigen Wirkungen der Ölanwendungen unter :

- <http://bewegung-im-leben.com/oele/oelanwendungen/info@bewegung-im-leben.com>,

Am Sonntag, 12. Januar 2020, um 16 Uhr lädt Lilian ein, ätherische Öle die Schwangerschaft , Geburt und Wochenbett sanft unterstützen können, kennen zu lernen. Der Segen des Gebärens!Für alle

Interessierten! Und für Hebammen und Menschen, die Schwangere begleiten!

Hier in der Praxis!

Mehr unter :

<https://bewegung-im-leben.com/der-segen-des-gebaerens-aetherische-oele/>

Bitte anmelden bis spätestens 8.1. bei Lilian, lilian@bewegung-im-leben.com | 01746454125 . Flyer im Anhang!

Vergangenen Montag war der letzte Abend und „weil es gut tut und nährt und stärkt“ gibt es nach wie vor und immer wieder

die Gruppe **Atmen, dehnen, strecken.....! -Entspannt und beweglich der Sprache des Körpers lauschen!“**

Immer 6 Abende.

Nächster Gruppenbeginn am Montag, 13. Januar um 19 Uhr!

Und dann wieder ab 24. Februar
Flyer im Anhang

Eine unterstützende, ermutigende und inspirierende Frauengruppe :

Dem Leben die Tür öffnen!

Für Frauen, die ihre inneren Selbst-Anteile als Ressource nutzen und körperzentrierte systemische Arbeit mit der Inneren Familie (IIFS) tiefer kennen und üben lernen mögen. Für Frauen, die ihre Lebendigkeit wieder genießen, sowie sich auf eine heilsame Weise Raum und Zeit für sich und ihre Lebensthemen gönnen möchten.

Ab Dienstag, 28. Januar 2020, 6 Abende, 19- 21.30 Uhr

Du bist herzlich willkommen!

(mehr im Anhang)

Mit Deinem Körper befreundet sein!

Eine unterstützende und ermutigende

Selbsterfahrungsgruppe für Frauen, die ihr

Essverhalten und den Umgang mit ihrem Körper und ihrem Leben positiv und heilsam verändern möchten.

Ab 24. April 2020, Donnerstags 19 - 21.30 Uhr

Flyer im Anhang

In Planung: Spüren dass die Erde trägt!

Aus meiner über 30jährigen Erfahrung in der Arbeit mit früh- und komplex traumatisierten Menschen biete ich allen Interessierten, die im Alltag, in Krisenzeiten, Krankheit usw. und für Menschen, die

Schweres erlebt haben, die Möglichkeit zu lernen sich selbst zu stabilisieren, zu stärken durch körperzentrierte Arbeit mit der Inneren Familie (IIFS) , Übungen aus der Psychodynamisch-Imaginativen-Traumatherapie und kreativen Methoden. In einer kleinen Gruppe.

Wer und welche interessiert ist, melde Dich gerne unverbindlich bei mir, auch zum heraus finden eines passenden Termines. Angedacht sind 3 Samstagnachmittage hier in der Praxis.

Reiki-“Urlaub“ im Winter in Bickenbach

Wenn Du Sehnsucht hast nach tiefer Erholung und Regeneration kann Dich Reiki sanft und tiefgreifend darin begleiten zu entspannen,los zu lassen was dir nicht mehr gut tut. Ohne dass Du etwas tun musst.

So biete ich Dir ein Paket an. 4 Reiki-Sitzungen, je 1,5 Stunden, zur reduzierten Gebühr von 3 Sitzungen an. 210 Euro (anstatt 280)

4 Reiki-Sitzungen in kleinen Abständen hintereinander, z. b. jeden zweiten oder dritten Tag, sind eine kraftvolle Möglichkeit der Selbstfürsorge, Harmonisierung und Stärkung. Am besten und intensivsten wenn Du an den jeweiligen Tagen noch Zeit für Dich haben kannst zum wirken lassen. Ein Urlaub zuhause!

Mehr zu **Reiki** unter www.beatrice-seuberling.de

Natürlich kannst Du nach wie vor auch nur zu einer Reiki-Sitzung oder in größeren Abständen kommen. Und Du kannst auch eine **Reiki-Sitzung verschenken.**

Reiki-Kurse gibt es auf Anfrage. Reiki „lernen“ ist was erfüllendes, schönes, tiefgreifendes für Dich selbst und Deine Lieben..

Wenn Du gerne zum Reiki-Austausch-Treffen für alle ab dem 1. Grad Reiki kommen magst

Wir geben uns gegenseitig Reiki, tauschen uns aus, es gibt Raum für Reflektion, Fragen und Antworten, Tee, Kekse, Meditation. Und bislang freuten sich alle, selbst auch mal wieder Reiki zu bekommen..... Melde Dich wenn Du Interesse hast. Keine Gebühr. Spendenbasis.

Alle Angebote finden bei mir in der Praxis in Bickenbach statt, außer bei denen ein anderer Ort genannt ist.

Die Angebote die ausschließlich für Frauen sind, sind als solche benannt. Zu allen anderen sind alle Menschen eingeladen und herzlich willkommen!

Und ein Hinweis auf eine Veranstaltung von Lilian und Stephan im Januar

walk of Connection- eine Reise ins Vertrauen

500km zu Fuß und ohne Geld

Über die inneren und äußeren Wege handelt dieser Vortrag.

Lilian mit Baby im Bauch und Stephan sind in ein ungewöhnliches Abenteuer aufgebrochen. In diesem Sommer reisten sie 500km zu Fuß und ohne Geld, dafür mit Zelt und viel Vertrauen in die Schweiz.

Dabei übernachteten sie auf Wiesen und bei Menschen, bei denen sie anklopfen.

Lilian& Stephan nehmen Dich nicht nur mit auf ihr Abenteuer zu Fuß, sondern vielmehr auf ihr persönliches Abenteuer die Welt mit anderen Augen zu sehen...

Wer daran interessiert ist, meldet sich bei Lilian oder Stephan, so dass sie Dir Bescheid geben können, wann und wo der Termin sein wird.

Termin voraussichtlich 16. Januar 2020

[mehr unter:http://reisen.bewegung-im-leben.com/walk-of-connection-500km-zu-fuss-und-ohne-geld/](http://reisen.bewegung-im-leben.com/walk-of-connection-500km-zu-fuss-und-ohne-geld/)

Lilian@bewegung-im-leben.com
sm@stephanmeurisch.de

Jetzt im Dezember geht es um Innenschau und Erneuerung, um wieder geboren werden und um Reinigung von Körper und Seele.

Seit 8. Dezember befinden wir uns in den Dunkel- bzw.

Sperrnächten. Darüber habe ich von Andrea Dechant, Arte Dea, gelesen. Vielen Dank!

Es sind die dunkelsten Nächte bis zur Wintersonnenwende. Es heißt, dass am 8. Dezember die Erde den **ersten Impuls der Sonne** empfängt, um ihr exakt nach 13 Tagen, an der Wintersonnenwende ein neues Leben zu schenken. (Mir gefällt das so gut, dass jetzt in dieser Dunkelheit es schon den ersten Sonnenimpuls auch für uns Menschen und Tiere gibt)

Das ist eine uralte Weisheit, im christlichen Sinne wurde dieser Tag zu „Mariä Empfängnis“, die alte **(Erd-)Göttin Anna** empfängt den neuen **Lebenskeim** in Form ihrer Tochter Maria.

13 ist auch die magische Zahl, die in den **Mondzyklen** ein ganzes Jahr ausmachen.

Der Begriff der Sperrnächte kommt aus dem landwirtschaftlichen Bereich.

Alle Werkzeuge wurden gesäubert und weggesperrt, winterfest gemacht.

In diesen Tagen tut es gut Dir Zeit zu nehmen, hinzuschauen, was Du aus dem zu Ende gehenden Jahr zurücklassen und beenden willst, damit es dich im neuen Jahr nicht mehr belastet. Du kannst Dir einen Zettel und Stift hinlegen (oder die modernen und uns, im Smartphone Platz machen) und immer wenn Dir was einfällt, es aufschreiben.

Und an der Wintersonnenwende gibt es Dir Kraft, wenn Du Dir Raum und Zeit nimmst die Wiedergeburt, Deine!, von Seiten von Dir, Lebensbereichen zu feiern, willkommen zu heißen und das neue Jahr zu erträumen! Zu Deinem höchsten Wohl und dem höchsten Wohl aller.

Das Feiern von Jahreskreisfesten ist für mich, u.a. „eine Möglichkeit inne zu halten, uns mit dem Rhythmus der Jahreszeiten und mit der Natur zu verbinden und offen zu bleiben für das was das Leben uns schenkt und doch auch die innere Ausrichtung auf das was uns wichtig ist, zu stärken. Daraus Kraft zu schöpfen und achtsam mit uns und dem Leben zu sein/ zu werden. Auch das ist „Tiefen Ökologie“.

Im September nahm ich, nach der Zeit der Anti-Atom- und Friedensdemonstrationen , seit längeren wieder an der weltweiten Friday for Future Demonstration in Darmstadt teil.

Ich war mit dem Zug hingefahren und früher am Hauptbahnhof. In der Sonne sitzend meditierte ich für die Heilung der Erde, empfand ihre und meine VerletzlichkeitDieses Verbundensein, in dem ich vor allem von Joanna Macy bestärkt wurde, ließ mich die Demo kraftvoll und stärkend erleben und natürlich die Gemeinschaft mit 10 000 Menschen auf den Strassen!

Joanna Macy, „weise Alte“, buddhistische Lehrerin, systemische Therapeutinhat den Begriff der Tiefen Ökologie geprägt. Eine Einladung uns selbst als einen lebendigen Teil der Erde zu erfahren und nicht als getrennt von ihr. Aus dieser Erfahrung der Allverbundenheit können wir Kraft, Mut und Inspiration schöpfen und mit unseren persönlichen Fähigkeiten am Wohl und Schutz des Lebens mit wirken.

Ich hatte das große Glück , als junge Mutter, kurz nach der Reaktorkatastrophe in Tschernobyl einen Workshop in Tiefen Ökologie bei Joanna zu besuchen, der mir sehr half angesichts einerseits der Zerstörung und andererseits der Verletzlichkeit zweier kleiner Kinder und des Lebens überhaupt aus und mit Liebe für dieses unser Leben ein zu stehen.

„Das ist der Traum den wir tragen, dass etwas Wunderbares geschieht, dass das Herz sich öffnet, daß Türen sich öffnen, daß wir in einer Morgenstunde gleiten in eine Bucht um die wir nicht wußten.“ Zitate aus einem Gedicht von Olav H. Hauge

Das Wunderbare wünsche ich Dir und uns von Herzen !
Und eine gesegnete Wintersonnenwend- und Weihnachtszeit!
Mögest Du im neuen Jahr weiterhin und immer mehr den Mut und die Freiheit leben Deinen Weg des Herzens zu gehen verbunden mit dem Leben!

Herzensgrüße
von
Beatrice Ananda Seuberling

Ps. Wenn Du magst, ich freu mich immer, wenn Du meine
Angebote, diesen Rundbrief an Interessierte weitergibst!

Danke!

Nach wie vor bist Du, wenn Du magst, herzlich eingeladen zu
Einzel- und Paar-Beratung, einmalig, öfter

Wenn Du meine Rundmails nicht mehr bekommen magst, lass
es mich kurz wissen!

Danke!