

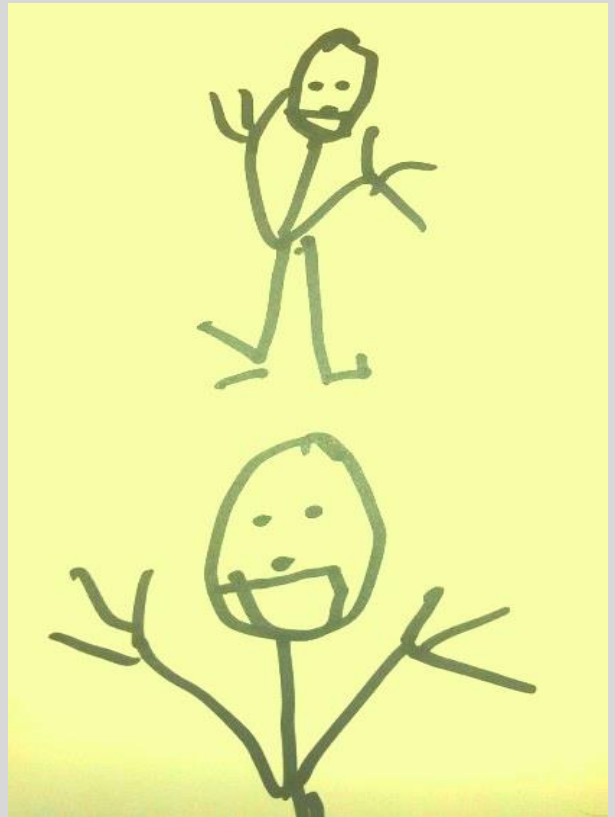
## 7 - Details

### Fehlt etwas in Deinem Leben?

*Vollkommen treten wir in diese Welt und treffen auf unperfekte Umgebungen! Um in Beziehung zu treten und zu bleiben, um genährt zu werden oder gar zu überleben, passen wir uns unserem sozialen Umfeld an. Viele dieser Erfahrungen stärken uns, manche sind aber abträglich.*

*Tag für Tag leben wir Gefühle nicht aus und unterdrücken sie schließlich. Wir legen uns Masken und Fassaden zu. Unser wahrer Kern geht mehr und mehr verloren, obwohl wir ihn permanent mit uns herumtragen.*

*Jetzt – als selbstverantwortlicher Erwachsener – der spürt, dass es bis zum Lebensende noch so einiges zu erleben und zu erledigen gibt: Herzensaufgaben zu entdecken, Partnerschaften zu leben, braucht es dich ganz! Denn jedes Gefühl will wahrgenommen und ausgedrückt werden!*



Manche körperliche Reflexe auf Stress oder Vermeidungsstrategien kennen wir auch als Erwachsene noch: Anhalten des Atems, Tonus der Muskulatur erhöhen, Verdauung einstellen, Blutdruck steigern.

### 7 bringt Dir das Strömen zurück

Zum einen arbeiten wir gemeinsam an den von Wilhelm Reich genannten 7 Segmenten, um das freie Strömen der Energie wieder zu ermöglichen.

Augensegment  
Mundsegment  
Halssegment  
Brustsegment  
Zwerchfellsegment  
Bauchsegment  
Beckensegment

Andererseits werden wir versuchen, deinen Kern mit Atemenergie zu laden, dir die Erfahrung zu ermöglichen, dich einmal ohne Fassade zu erleben, dein Ich mehr und mehr zu zeigen, und das entstehende Material zur Transformation zu nutzen.