

# Auf der Spur des Körpers – Wege zum Selbst

*„ein Tag mit Raum und Zeit für die Begegnung mit dir selbst und anderen... mit Astrid & Mike Peacock“*



**Samstag, den 2.11.19 von 10:00 -17:00 Uhr**  
in der Praxis für Körperpsychotherapie Petkuserstr. 22 in Berlin Lichtenrade

Ein Angebot, in kleiner Runde einmal innezuhalten und den ständigen Fluß von Informationen und Reizen außen vor zu lassen. Ein Angebot, einen Resonanzraum zu schaffen für das eigene Sein und das unserer anwesenden Mitmenschen. Etwas, was in der Endlosschleife der angeblichen Notwendigkeiten immer weniger Platz hat, und um so wichtiger wird zur Orientierung und Verbindung mit sich selbst.

Unser Seminar basiert auf **achtsamer Selbsterkundung und Methoden der Körperpsychotherapie.**

In einer einladenden und nicht wertenden Atmosphäre werden wir gemeinsam einen Erfahrungsraum erschaffen und dabei die Weisheit des Körpers nutzen. Der Körper ist der Ort, an dem sich das Leben abspielt. In Achtsamkeit lässt sich beobachten, dass „Ich“ in jeder Zelle enthalten bin, in jedem Atemzug, in jeder Bewegung.

Wir bieten Ihnen kleine Vorträge über unseren körperpsychotherapeutischen Hintergrund und Übungen an, die Sie aus den alltäglichen Automaten und Gewohnheiten herausführen. Im direkten Kontakt mit unserem lebendigen Jetzt, entwickeln wir Verständnis dafür, wie wir uns selbst organisiert haben. Hier gehen wir auch auf Entdeckungsreise zu den Fragen: wie kann ich zu meinen noch unentdeckten Kraftquellen und meiner Lebenslust kommen?

6 Stunden Achtsamkeit/Selbsterfahrung, zuhören und selbst sichtbar werden und gemeinsam neue Erfahrungen machen.

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Personen beschränkt.

**Kosten:** 90,-€/Person

**wann?** Samstag, den 2.11.19  
von 10:00 bis 17:00 Uhr

**Wo?** Praxis für Körperpsychotherapie  
Petkuserstr. 22 12307 Berlin

**Wer?** Astrid und Mike Peacock

**mobil:** 0179 222 98 71

## Weitere Informationen:

**Astrid Peacock**, geboren 1958

*Heilpraktikerin für Psychotherapie, Praxis für Körperpsychotherapie in Berlin Hakomi-Therapeutin, Fortbildung in Traumatherapie und Paartherapie.*

*Arbeitet mit Klienten, Paaren und Gruppen in Berlin.*

[www.paarberatung-berlin.eu](http://www.paarberatung-berlin.eu)



**Mike Peacock**, geboren 1956

*Heilpraktiker für Psychotherapie, Praxis für Körperpsychotherapie (Hakomi) in Berlin Arbeitet mit Klienten und Gruppen.*

*Hospiz Arbeit.*

[www.leibundkoerper.de](http://www.leibundkoerper.de)

