

atem-meditationen



nach Jeru Kabbal
<https://clarityproject.de/>

und Osho
<http://www.osho.de/meditationen/>

GEBURTSHALTEN MIT NACHNÄHRUNG



**Haben Sie oder Ihr Kind eine traumatische Geburt erlebt oder Kaiserschnitt?
Wurden Sie als Kind oder Ihr Kind nach der Geburt von der Mutter getrennt für eine kurze
oder sogar längere Zeit?
Gab es Probleme oder eingreifende Erlebnisse während der Schwangerschaft?
Haben Sie unerfüllten Kinderwunsch?
Lag bei Ihnen oder Ihrem Kind vielleicht eine unerkannte Mehrlingschwangerschaft vor?
("verlorener Zwilling")**

In dieser Arbeit in der Gruppe werden die ganz individuellen Erlebnisse vorbesprochen und gewürdigt. Danach wird sehr einfühlsam eine Schwangerschaft im Sinne der "Guten Hoffnung" und die anschließende Geburt neu erlebt als Körperarbeit. Zugrundeliegend ist das Wissen, daß wir unser Gehirn neu überschreiben können.

Anschließend erfolgt der oft wichtigste Teil die Nachnahrung: Hier werden Blickkontakt mit der Mutter, das Spiegeln des Kindes (wichtig für die Ausbildung der Spiegelneuronen), Stillen des Saugreflexes und die körperliche langanhaltende Berührung nachgenährt.

Diese Arbeit ist sehr hilfreich bei Trennungsängsten, Problemen in allen möglichen Beziehungen, mangelndem Urvertrauen uvm. Die Grundlage für diese Gruppen-Arbeit bildet das Lebenswerk von Dipl. Psych. Jirina Prekop, bei welcher wir noch zu ihren Lebzeiten ausgebildet wurden. Sie ist u.a. bekannt geworden durch ihr Buch "Der kleine Tyrann" und viele andere.