

Katrin Firmthaler-Ködel
OT Uichteritz
Markröhlitzer Straße 10
06667 Weißenfels
Mobil: 0152 / 052 353 82



Diana Aust
Ludwigshafenstraße 6
06258 Schkopau

Mobil: 0176 / 343 491 67

Mail: kontakt@begegnungen-bewegungen.de

Juli 2024 Monatspost Begegnung ↔ Bewegung zum Thema

„Verbundenheit“

„Das Leben der Eltern ist das Buch, in dem die Kinder lesen.“¹

Augustinus Aurelius

Wie wirken die Erfahrungen und Traumata unserer Vorfahren auf uns und unser Leben zurück? Diese Frage beschäftigt mich in letzter Zeit sehr. Als ich ein Buch über das emotionale Erbe in die Hand bekam, konnte ich nicht aufhören zu lesen, viele Fragen ergaben sich und ich hatte das Gefühl eine neue Tür in ein unbekanntes Gebiet öffnet sich. Ich bin mir sicher, dass wir alle miteinander in Verbindung stehen und vieles Erspüren können. Oft können wir dieses Gefühl, diese Ahnungen vielleicht nicht zuordnen oder es macht uns Angst oder unsicher. Also wird es verdrängt oder bagatellisiert. Schließlich sind wir doch moderne Menschen und haben für alles eine Erklärung.

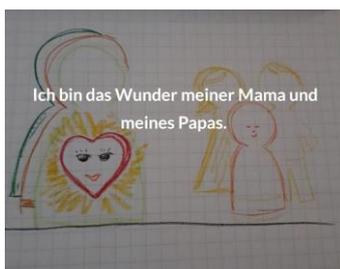
Und doch gibt es Situationen die sich nicht erklären lassen und uns zum Nachdenken anregen. Genau darum geht es, sie als Botschaft zu verstehen und inne zu halten. Viel zu oft übergehen wir diese Hinweise und können sie nicht als Geschenk sehen oder als Hinweis für Nichtverarbeitetes aus der Vergangenheit. Dabei macht es Sinn genauer hinzuschauen und ihre Botschaft zu entschlüsseln. Unser Körper zeigt uns ganz genau was dran ist und was wir für unser physisches, psychisches und seelisches Wohlbefinden brauchen.

Es kann sein, dass es anfangs ungewöhnlich ist und es auch Momente gibt die sich nicht gut anfühlen. Dafür ist es gut eine verlässliche Begleitung zu haben, einen Anker zum Festhalten.

Es lohnt sich auf Erkundungsreise zu gehen, die Sprachlosigkeit zu durchbrechen und Worte, für das was war, zu finden- es klar auszusprechen.

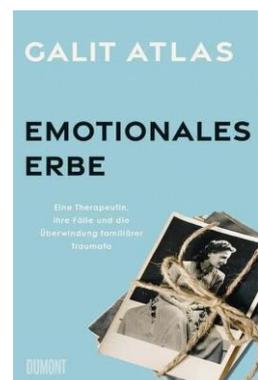
So kann die Seele heilen und setzt Energien frei für Anderes.

- Kennen Sie das Gefühl der Verbundenheit mit Anderen? Wann ist es Ihnen begegnet?
- Was hat es in Ihnen ausgelöst?
- Wer ist Ihr Anker/ Ihre verlässliche Begleitung? Was macht die Person dazu?
- Was würden Sie gerne von Ihren Vorfahren erfahren, wenn Sie diese Fragen könnten?



Wir wünschen die Wahrnehmung stärkender und integrierender Verbundenheit.

Katrin Firmthaler-Ködel und Diana Aust



<https://begegnungen-bewegungen.de>

¹ Quelle: Verbundenheitszitate - Top 20 Zitate und Sprüche über Verbundenheit - Zitate.net 03.07.2023, Augustinus Aurelius

Quelle des Fotos: Katrin Firmthaler-Ködel und Buchcover