



wirkende Kraft



Weibeskraft

Das in Kontakt kommen mit Dir selbst, will Dich einladen **Weib zu sein**, das Frau-Sein zu leben, die innere **Urkraft zu erwecken** und dem Weibchen im Inneren Raum zu geben. Viele Jahrtausende lang wurde dem Weib, der Urkraft der Frau/des Weiblichen, kaum bis zu wenig Beachtung geschenkt und die weibliche Sexualität stigmatisiert.

Ich möchte Dich auf dieser Reise einladen, Dich auf **den Weg in Dein Innerstes** zu begeben: Deine Körperlichkeit und Deine Sinnlichkeit zu erfahren, jedoch auch Deine **Triebhaftigkeit und Deine Lust** zu entdecken.

Das Eintauchen, Zulassen und sich Verlieren in sich selbst erlaubt Dir Deine inneren Dich **blockierenden Muster zu erkennen**, überholte Werte und Vorstellungen einer genauen Prüfung zu unterziehen, und Dich selbst in **Deiner Sexualität definieren und annehmen** zu lernen.

Das Weib in Dir ist Dein Ich – mit seiner schöpferischen/sexuellen Kraft. Um diese zu leben, erfährst Du das Leben. Erwecke sie mit Deinem Körper, Deiner Stimme, Deinen Bewegungen und Deinem Ausdruck welcher Art und Weise auch immer. Steh zu Dir und zu dem was Dich ausmacht, und Du erlebst **Authentizität. Integer zu sich zu stehen** ist Stärke, und gibt dem schwachen, anschniegensamen, bedürftigen und „kleinem Teil“ in Dir Raum ebenso gesehen zu werden, wie das wilde Weib in Dir.

Mithilfe von **Informationen, geführten inneren Reisen** und praktischen wertschätzenden **Übungen** Dir selbst und Deiner Weiblichkeit gegenüber, möchte ich die Göttin in Dir einladen in Dir Platz zu nehmen, und **Deine Schoßkraft zu stärken.**

Um das Erlebte zu verankern und zu verinnerlichen werden Dir **Papier und Kreiden** gereicht, um **das Erlebte** bei den Reisen oder in Gesprächen während des Abends **bildlich festzuhalten.** Dies kann in abstrakten Bildern, Zeichen, Farben, Formen, Strichen, Gesichtern oder was auch immer **aus dem Impuls heraus zu Papier kommen möchte,** erfolgen. Deiner Fantasie sind keine Grenzen gesetzt, um für Dich einen bildhaften Anker mit nach Hause zu nehmen und die Göttin in Dir zu ehren.

Leiterin: Katharina Linhart

Künstlerische Gestaltung: Sabine I. Weinert (www.zeichensaetze.at)

Dauer : von 19.00- 22.00

Kosten: €58 inkl. USt./pro Abend

Veranstaltungsort: Praxis "wirkende Kraft" Wienergasse 2 in 2380 Perchtoldsdorf

Anmeldung erbeten: katharina@wirkendekraft.at oder +43 664 38 512 38



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW



wirkende Kraft

Weibeskraftabende

17.01.2019 Weibliche Sexualtypen und der Orgasmus

Zeigen wir unsere Lebendigkeit ist es ein Genuss und ein Geschenk für alle – besonders für uns selbst. Sinnlichkeit ist reine Lebensenergie – Erotik pur!

Der **Orgasmus**, das Baden in Lebensenergie, möchte Dich einladen, Dich in Deiner Vielseitigkeit und Individualität wahrzunehmen, und über die **Sexualtypen der Yoni** besser kennen zu lernen. So kannst Du Deinen erotischen Komplizen "nach Hause holen" und in Deinem So-Sein **JA zu Dir sagen**.

- Die Klitoris und ihr weit verzweigten Schenkel
- Orgasmus, der erotische Komplize
- Die Sexualtypen
- Die Schönheit des eigenen Weibes in sich und im Außen ehren
- Die erotische Sprache: Was törnt mich an?/Was törnt mich ab?
- Reise zum Palast der Glückseligkeit
- **Gestaltung eines persönlichen bildhaften Ankers mit Kreiden auf Papier, um das Erlebte und Erfahrene mit Hilfe von Farben, Zeichen, Formen ... zu verinnerlichen.**

07.02.2019 Der innere erotische Raum

Bei der Vorstellung von Liebe denke ich an...

Wenn ich liebe, fühle ich...

Wenn ich geliebt werde, fühle ich...

Als jemand, der liebt, suche ich nach...

Bei der Vorstellung von Sex denke ich an...

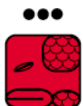
Wenn ich begehre, empfinde ich...

Wenn ich begehrt werde, empfinde ich...

Beim Sex suche ich...

Den **innere erotische Raum** und die **eigene erotische Sprache** für sich selbst ohne Tabus und Zwängen zu erfahren, und für sich zu erleben, ist der Hauptschwerpunkt dieses Abends.

- Partnerübung um mit den eigenen Körperempfindungen in Kontakt zu treten
- Reise zum inneren erotischen Raum und den dort vorherrschenden Archetypen
- Erotische Blockaden beleuchten
- Die erotische Sprache
- Reflexion und Wahrnehmungsbereitschaft der eigenen erotischen Sprache
- Bauchtanz im Palast der Glückseligkeit
- **Gestaltung eines persönlichen bildhaften Ankers mit Kreiden auf Papier, um das Erlebte und Erfahrene mit Hilfe von Farben, Zeichen, Formen ... zu verinnerlichen.**



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW



wirkende Kraft

21.02.2019 Leidenschaft & Verlangen: Erweckung der sexuellen Kraft

Liebe und Leidenschaft gehören zusammen und geraten immer wieder miteinander in Konflikt. Darin liegt das Geheimnis der Erotik. (Jack Morin)

Das **Verlangen braucht Geheimnisse, Rückzug und Rarität**. Liebe will den zwischenmenschlichen Abstand jedoch verringern, der für das Lustempfinden doch unentbehrlich ist. Gewöhnung schafft auch Intimität, lässt jedoch die Erotik verkümmern, denn diese nährt sich immer am Geheimnisvollen, Neuartigen und Unerwarteten.

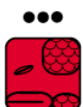
- Intimität versus Distanz
- Körperübung 2. Chakra
- Reflexion zum Thema Freiheit
- Was tönnt Dich an/was tönnt Dich ab?
- 4 händige Massage ausgenommen erogener Punkte
- Das Schöne im Weib
- **Gestaltung eines persönlichen bildhaften Ankers** mit Kreiden auf Papier, um das Erlebte und Erfahrene mit Hilfe von Farben, Zeichen, Formen ... zu verinnerlichen.

21.03.2019 Hingabe und Masturbation: das Selbstlieberitual

Wenn wir die Perspektive von vermeintlich Gutem und Schlechtem aufgeben und beides als gleichwertig akzeptieren, öffnet sich das **Tor zur Hingabe, Mitgefühl und allumfassenden Liebe**. Der Weg der Hingabe ist eine Herausforderung, weil wir die Angst davor, die Kontrolle zu verlieren, überwinden müssen.

Setze Dich mit folgender Frage an diesem Abend auseinander: „*Was ist mein größtes Geschenk, und wie lasse ich diese Gabe in meine Beziehungen, in meine Partnerschaft, in mein Leben einfließen?*“

- Hingabe, das Tor zur Spiritualität
- Reise in den Seelenkarten, um Dein inneres Ensemble kennen zu lernen
- Stelle Dich Deinen Verletzungen, Ängsten und Traumata in Bezug auf Hingabe und Loslassen
- Schamanische Aufstellung zu den Blockaden
- Selbstliebe – Achtsamkeit – Selbstwert – Vertrauen – Loslassen – Verbinden
- Arbeit mit den aufgestiegenen Meistern, der Merkaba und dem Himmelstor
- Yin Weg Atmung
- Eigenmassage des Bauches
- **Gestaltung eines persönlichen bildhaften Ankers** mit Kreiden auf Papier, um das Erlebte und Erfahrene mit Hilfe von Farben, Zeichen, Formen ... zu verinnerlichen.





wirkende Kraft

11.04.2019 Weibliche und männliche Energie in der Vereinigung

Weißt du wonach deine Seele und dein Körper hungert?

Welche Form von Nahrung brauchst du?

Gibst du allen anderen außer dir selbst?

Gibst du schon so lange, dass du dich auf allen Ebenen ausgehungert fühlst?

Es gilt das weibliche und männliche in uns gleichwertig zu leben und zu balancieren. So kommen wir in einen Zustand der Fülle und gewinnen an Autonomie und Unabhängigkeit. Wir können unsere **weiblichen und männlichen Anteile ausgleichen**, wenn wir uns über die Sexualmagie aktivieren. Sie kann nämlich nur dann fließen, wenn das männlich Eindringende und das weiblich Aufnehmende zusammenkommen.

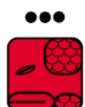
- Intimitätsübungen besprechen
- Selbstreflexionsfragen zur Partnerschaft
- Das männliche und weibliche Energieprinzip
- Die Achtsamkeit in der Sexualmagie
- Reise zu Artemis, Demeter und Aphrodite
- Die weibliche und männliche Sprache und das Kopfkino
- Das Märchen: Die Robbenfrau
- **Gestaltung eines persönlichen bildhaften Ankers** mit Kreiden auf Papier, um das Erlebte und Erfahrene mit Hilfe von Farben, Zeichen, Formen ... zu verinnerlichen.

09.05.2019 Phantasien, Begierden und Wünsche

Sexuelle Fantasien liefern eine Fülle von Informationen über das Innenleben der einzelnen Personen und die dynamischen Prozesse in der Beziehung des Paares, denn die Fantasie ist ein sprechendes Symptom.

Wir übersehen häufig, dass stumpfe, langweilige sexuelle Beziehungen oft eine Folge verdrängter Fantasien sind. Die **erotische Imagination** ist ein überschwänglicher Ausdruck unseres Lebendig sein und eines der geeignetsten Werkzeuge zur Wartung unseres Verlangens. Dennoch ist es von grundlegender Bedeutung für jedes Begehren und Bedürfnis, dass die Selbstliebe an der ersten Position dahinter steht.

- Deine Attraktivität
- Sexuelle Störungen
- Selbstliebe
- Bedürfnisse
- Können versus Wollen
- Sexuelle Phantasien
- Sexuelle Beziehungsangebote
- Love Map
- **Gestaltung eines persönlichen bildhaften Ankers** mit Kreiden auf Papier, um das Erlebte und Erfahrene mit Hilfe von Farben, Zeichen, Formen ... zu verinnerlichen.





06.06.2019 Der Schatten des Dritten und das Treuegebot

Monogamie möchte das **Gefühl der Zugehörigkeit** befriedigt wissen, wie auch den emotionalen Rückhalt. Um dies gewährleisten zu können, ist Verlässlichkeit ein unerlässliches Gut.

Verbindliche Liebe bedeutet nicht Verschmelzung oder Symbiose, sondern ein Gewährwerden, dass 2 Individuen einander befruchtend und wertschätzend begegnen. Zueinander und nebeneinander stehen, jedoch Raum für das eigene Sein im gleichen Maße haben, ist ebenso wichtig, wie achtsam und respektvoll miteinander in Taten und Worten umzugehen, und das So-Sein des anderen als Ressource des Lernen und Reifens zu sehen und daran zu wachsen. So bleibt das Feuer und das Verlangen am lodern.

- Drachenkarte
- Reise zum inneren Ensemble ins Haus der Sehnsüchte und Begierden
- Karte der mütterlichen Kraft ziehen
- Die 2 Arten des Schmerzes
- Die Ebenen der Kränkungen
- Vulnerabilität und Überlebensstrategien
- Nichtmonogame Beziehungen
- Das Verzeihen
- **Gestaltung eines persönlichen bildhaften Ankers mit Kreiden auf Papier, um das Erlebte und Erfahrene mit Hilfe von Farben, Zeichen, Formen ... zu verinnerlichen.**

04.07.2019 Der Sexualität die Lust und Freude zurückgeben

„Zu fordern, worauf sich nicht verzichten lässt, scheint okay zu sein, aber nach dem zu verlangen, was man sich einfach nur wünscht, gilt als selbstsüchtig. Das Vergnügen als solches ist dubios, es sei denn, man hat es sich verdient.“

Damit stellt ich die Frage, was Du glaubst zu verdienen und ob Du es überhaupt wert bist, diesen Verdienst entgegen zu nehmen. **Erotik ist genau das: Vergnügen als Selbstzweck**, ein Angebot das unentgeltlich zu erwerben ist, denn erotische Intimität setzt einen gesunden Sinn für die Berechtigung eigener Ansprüche voraus.

- Fragen zur Verhandlung von Bindungssicherheit, Intimität und Sexualität
- Liebhaberprofil erstellen
- Schildarbeit aus dem schamanischen Kontext
- Massage der Akupressurpunkte
- Das Schöne im Weib
- **Gestaltung eines persönlichen bildhaften Ankers mit Kreiden auf Papier, um das Erlebte und Erfahrene mit Hilfe von Farben, Zeichen, Formen ... zu verinnerlichen.**

