



## **Pionierarbeit für ein gesundes Kollektiv**

Liebe/r {{ contact.VORNAME }}

Einmal ist immer das erste Mal. So wie mit dieser Email. Der erste Newsletter von Cosmo Soma! Und du bist als Pionier\*in dabei!

Wir lieben diese Geburtsstunden. Wir feiern sie, weil wir spüren, wie wichtig dieser Weg ist. Schritt für Schritt gehen wir unserer grossen Vision, eines gesunden kollektiven WIRs entgegen.

Wir spüren deutlich, unser Weg wird viele Menschen bewegen, verändern, herausfordern und hoffentlich schliesslich erfüllen.

Wir arbeiten seit Jahren an dieser Vision, wir haben uns verrannt, um immer wieder back on track zu kommen - und heute, endlich!, starten wir die direkte Kommunikation mit dir, die/der du mit uns mitgehen willst, ein Stück, vielleicht auch einen Entwicklungsschritt.

Wir arbeiten seit Jahren auf verschiedenen Ebenen mit Menschen, oft in wirklich anspruchsvollen Settings, mit Familien, die durch Schicksalsschläge zerrüttet sind, mit Menschen, die schwer traumatisiert und vom Leben bebeutelt sind. Wir gehen oft ganz kleine Schritte mit ihnen, erweitern den Raum der Möglichkeiten immer mehr, indem wir uns mit ihnen und ihren Körpern verbinden und Dinge möglich machen, die sie selbst niemals für möglich gehalten hätten.

So wie bei der einen Klientin, die durch verschiedene Täter jahrelang körperlich und seelisch missbraucht wurde und mit Mirella's engmaschiger Begleitung nach 6 Monaten zum Glauben an sich und an ihre (Körper)Kraft zurückgefunden hat. Es war ein Moment der bewussten Wahl, der zur Integration der traumatischen Erlebnisse führte und sie heute ohne Flashbacks Vertrauen ins Leben fassen lässt.

Oder das vierjährige Kind in Sabrina's Familienbegleitung, das mit unerklärlicher Weisheit gesegnet ist und mit seinen natürlichen Ressourcen ein Vorbild für die ganze Familie ist. Somatische Prozessarbeit ist dabei das Kernstück, das die Veränderung im gesamten Familiensystem herbeiführt.

Mehr zu unseren Geschichten erfährst du im nächsten Info Event am 22. September um 19 Uhr. Melde dich gleich an, dann erhältst du den

Zoom Link dazu.

Jetzt anmelden zum Info Event

Mit dieser Email erhältst du noch ein kleines Geschenk von uns. Eine kleine feine und doch super effektive Übung, die dich innert Minuten in das wohlige sichere geborgene Gefühl bringen, das du auf dem wiegenden Arm deiner Mutter hattest.

Havening Touch basiert auf neuster neurowissenschaftlicher Forschung und gehört in die Gruppe der psychosensorischen Techniken, mit dem Ziel, Emotionen und Denkmuster zu verändern.

In dieser Übung benutzt du Berührung im Bereich von Gesicht, Schultern, Armen und Händen. Dabei werden Berührungsrezeptoren in der Haut stimuliert, die wiederum ein Signal an das Gehirn senden, was dann Deltawellen produziert.

Im Delta-Wellen-Zustand befindet sich das Gehirn im niedrigsten Hirnwellenzustand, eben wie Babys bis 2 Jahren.

**Mit Havening Touch bringst du dein Gehirn durch Berührung in die Entspannung.** Vielleicht kannst du dir vorstellen, was diese kleine Übung in deiner Klientenarbeit für einen Effekt haben kann.

Aber probier's am besten gleich selbst aus. Sabrina leitet dich an.



Herzlich,  
Mirella, Sabrina und Nicole

---

**Sind wir schon miteinander vernetzt?**



## **COSMO SOMA GmbH**

Hofmattenstrasse 5, 2560, Nidau

Diese E-Mail wurde geschickt an {{contact.EMAIL}}

Du hast diese E-Mail erhalten, weil du dich zu unseren Newsletter angemeldet hast.

[Update your preference](#) | [Abbestellen](#)