

Immer ist die wichtigste Stunde die gegenwärtige.
Immer ist der wichtigste Mensch der,
der dir gerade gegenübersteht.
Immer ist das wichtigste Tun das Lieben.

Meister Eckhart

ESSENZ

Essenz



Wie lange ich lebe, liegt nicht in meiner Macht, dass ich aber,
solange ich lebe, wirklich lebe, das hängt von mir ab.

Seneca

ZUR PERSON

Person



Körperzentrierte Psychotherapie
QuantumOsteopathie
Energetisches Heilen
Familien- & Systemaufstellungen
Kontemplation

Im Wesentlichen besteht meine Arbeit darin, Menschen in dem zu unterstützen, was stärkt und verbindet und zu ermutigen, das loszulassen, was schwächt und verletzt. Dabei sind, gleich ob wir uns in einer Heilbehandlung, einer Beratung oder einem Seminar begegnen, zwei Erfahrungen wegweisend:

- Unser innerstes Wesen ist frei von Verwirrung und Leid. In seiner Stille und Weite heilen unsere Wunden, Schmerzen vergehen, quälende Gefühle und Gedankenmustern finden ihre Erlösung, und das Schlimme wandelt sich.
- Menschsein beinhaltet die Wahl, unsere Aufmerksamkeit und Kraft bewusst auf das auszurichten, was wir wirklich lieben. Eine „Vision der Liebe“ von uns entstehen lassen und immer wieder im täglichen Leben zu entfalten, erfüllt dieses mit Sinn und Zuversicht.

Die Verbindung von energetischen, psychologischen und spirituellen Prinzipien öffnet dabei einen ganzheitlichen Raum für achtsame Begegnung, Heilung und Entfaltung.

Ralf Hanke, Jahrgang 1957, Heilpraktiker, Körperpsychotherapeut und Autor. Seit 1994 in eigener Praxis in Berlin. Ausbildungen in Bioenergetik, Osteopathie, kraniosakraler Therapie, Atemtherapie, Reiki, Conscious Living, Aufstellungsarbeit. Langjährige Erfahrungen bei verschiedenen Heilern und Heilerinnen fließen in meine Arbeit mit ein.

Buchempfehlung:

In der Stille des Herzens
von R. Hanke, ISBN 3-8334-3768-5
im Buchhandel oder: www.amazon.de

Kontakt:

Praxis für Körpertherapie & Psychosomatik
Motzstraße 22, 10777 Berlin
Telefon 030 / 213 96 62
www.praxishanke.com
info@praxishanke.com



Für ein kostenfreies Informationsgespräch stehe ich gerne zur Verfügung.



Erfahrung ist nicht das, was einem Menschen geschieht.
Es ist das, was ein Mensch aus dem macht, was ihm geschieht.

Aldous Huxley

Vergessen wir den Lauf der Zeiten,
vergessen wir die Zwietracht der Meinungen.
Wenden wir uns an die Unendlichkeit,
beziehen wir dort unsere Stellung.

Dschuang Dsi

Du bist kein Fehler oder ein Problem, das gelöst werden müsste.
Sieh dich einfach selbst in deinem wahren Licht.

Adyashanti

EINZELARBEIT



IN GEMEINSCHAFT



SEMINARE & RETREATS

Seit fast 20 Jahren kommen Menschen aller Altersstufen und mit den unterschiedlichsten Anliegen in meine Praxis. Dazu gehören chronische und akute Rücken-, Gelenks- und Bewegungsschmerzen, Verspannungen, Migräne, Tinnitus, Zähneknirschen, Herz-, Kreislauf- und Atemerkkrankungen, Magen- und Darmerkrankungen, Vernarbungen, Entzündungen, sowie Erkrankungen des Immunsystems.

Andere suchen Hilfe bei Depressionen, Traumata und Schockzuständen, Ängsten, Gefühlen von Einsamkeit und Verlassenheit, quälenden Gedankenmustern, bei Beziehungsproblemen und bei wichtigen Lebensentscheidungen. Immer wieder berührt die gemeinsame Arbeit auch spirituelle Fragen und die Vertiefung der Beziehung zum Transzendenten.

Einzelarbeit mit folgenden Themen:

- Körperzentrierte und prozessorientierte Psychotherapie
- Osteopathie und Kraniosakrale Therapie
- Traumatherapie
- Energiearbeit und Handauflegen
- Atemerfahrung
- Systematische Aufstellungen in Einzelarbeit
- Paartherapie
- Selbsterkundung und Meditation

Kosten nach Vereinbarung.

Kostenübernahme bei Privatversicherten ist möglich.

Tiefe und dauerhafte Wandlung geht oft mit einer Zeit der Neuorientierung und Lösung vom Altem einher und muss sich im Alltag beweisen. Die Gemeinschaft und der Austausch mit anderen schafft dabei ein unterstützendes Feld.

Daher biete ich einen offenen Abend sowie Seminare und Retreats als Möglichkeiten der Begegnung und Entfaltung an. Gemeinsam ist diesen Angeboten die Verbindung von körperzentrierter Selbsterfahrung, alten Weisheitswegen und zeitgemäßer Bewusstseinsarbeit.

Offener Dienstagabend, 18.30 – 20.00 Uhr

In Communio – Zeit für Kontemplation, Begegnung und Dialog

Kontemplation in Stille und Bewegung, lebendiger Dialog, Ritual der Verbundenheit. Diese Abende dienen der Seinserfahrung und bieten Gelegenheit zur Einübung heilender Achtsamkeit, sowie der Klärung von Fragen und Anliegen.

Aktuelle Termine unter www.praxishanke.com

mit folgenden Themen und Schwerpunkten:

Seinserfahrung & Selbsterforschung

Kontemplation und unkonditioniertes Gewahrsein, der Weg des Herzens – Aufmerksamkeit und Achtsamkeit, offenes Fragen: Wer bin ich? Warum bin ich hier?

Beziehungen als Weg der Transformation

Was Liebe ist und was nicht, – die Reise ins Herz mit den Stationen: Verantwortung, Vergebung, Dankbarkeit, Wahrheit und Kommunikation, weites Herz – offener Geist.

Das Feld der Heilung

Energiebewusstsein und Handauflegen, prozessorientierte Körpertherapie, Symptomaufstellungen, vom Kranksein zum Ganzsein – heilen und lösen krankmachender Muster.

Familien- & Strukturaufstellungen

Liebe, Familie und Beziehungen / Symptome und innere Anteile / Ziele, Bestimmung und Vision / Kraftfelder und Archetypen

Aktuelle Angebote, Termine und Kosten finden Sie entweder auf dem beiliegenden Informationsblatt oder unter www.praxishanke.com