



DREI EBENEN- DREI METHODEN

VON 13, 14, 15 ZU DEN KORREKTURMETHODEN

MIT MATTHIAS ROTH

13. – 14. – 15. JUNI 2025 IN BUOCHS / NW

Seine **Brustebene**, die **13-Ebene**, zu kennen, heißt, mit dem Ort in Verbindung zu sein, an dem unsere Regungen, unsere Wünsche und unsere Begeisterung am stärksten spürbar werden. Es ist ein Bereich, den wir automatisch öffnen, wenn es uns zu etwas oder zu jemandem hinzieht, und den wir ebenso automatisch verschließen, wenn uns etwas erschreckt oder wir es aus anderen Gründen nicht an uns heranlassen möchten.

Diesen Ort bewohnen zu können, sein Öffnen und Schließen also direkt zu erleben und mitzubestimmen, ja bewusst zu gestalten, ist alleine schon extrem hilfreich. Man kann ohne Übertreibung sagen, es ist lebensverändernd. Mit der **ersten Korrekturmethode** haben wir zudem einen Strom, der ganz gezielt und intensiv genau diesen Bereich öffnet – und so manches mehr, wie wir im Laufe dieses Kurses entdecken werden.

Seine **Hüftebene**, die **15-Ebene**, zu kennen, heißt, mit dem Ort in Verbindung zu sein, an dem unser Landen, also unser Ankommen im Hier und Jetzt und im Körper so stark spürbar ist wie nirgendwo sonst. Von hier aus wird Tatkraft spürbar, und die Lust, an dem, was gerade ist! Die Lust auf etwas, nachdem ich mich ausstrecke, mag Sache der 13 sein; die Lust an dem, was jetzt ist, was ich jetzt tue und bewohne, ist eindeutig Angelegenheit der 15.

Mit der **zweiten Korrekturmethode** haben wir zudem einen Strom, der ganz gezielt den Beckenbereich und die Hüftebene öffnet und uns so spüren lässt, wie es sein kann, diesen wunderbaren Körper und das verkörperte Leben nicht mehr nur von weitem zu betrachten, sondern endlich wirklich darin zu landen.

Seine **Taillebene**, die **14-Ebene**, zu kennen, heißt schließlich, mit dem Bereich des Körpers in Verbindung zu sein, der die beiden vorigen Ebenen

ständig miteinander in Verbindung sein lässt. Hier findet Verdauung und Verarbeitung in physischer, gedanklicher und emotionaler Hinsicht statt. Mehr noch, findet aber hier das Vernetzen und die Integration zwischen den Ebenen statt. Von meinen Aspirationen (wonach verlangt es mich?) zu meinem tatsächlichen Leben im Augenblick (was erfahre ich jetzt gerade?) werden hier ständig die verbindenden Fäden gesponnen, die Geist und Körper und Körper und Geist verweben!

Mit der **dritten Korrekturmethode** haben wir denn auch einen Strom, der diese Mitte zwischen oben und unten und ihre vernetzte Funktion, zugleich aber auch die Mitte zwischen links und rechts und die Mitte unseres Wesens – unseren Wesenskern – harmonisiert.

Ich habe seit Jahren immer wieder zu den drei Ebenen, 13,14 und 15, gearbeitet. Hier verbinde ich sie zum ersten Mal in einem Kurs, der auch ohne Vorkenntnisse allen zugänglich ist, mit den drei Korrekturmethoden. Wir nutzen diese drei Tage, um ganz ausführlich und sehr praktisch die drei Korrekturmethoden kennen zu lernen und sie mit den drei Ebenen, denen sie entsprechen – also der 13-Ebene der 14-Ebene und der 15-Ebene – in Verbindung zu bringen. Das Strömen am Vormittag und die Spürübungen am Nachmittag werden im Mittelpunkt dieses Kurses stehen, an dessen Ende sich jede und jeder nicht nur wissender, sondern vor allem ausgeglichener, weicher und mehr bei sich fühlen soll.

Kurszeiten Freitag und Samstag 9 bis 18 Uhr, Sonntag 9 bis 16 Uhr.

Kursort: Hotel Sternen, Ennetbürgerstrasse 5, 6374 Buochs

Kurskosten: Frühbucherpreis bis 21. April 2025 Fr. 630.-, danach Fr. 660.-

Auskünfte und Anmeldung bei:

Sonja Müller, Jin Shin Jyutsu, Seeplatz 1, 6374 Buochs,

Tel. 079 716 72 86, mail@sonjamueller.ch