

Presseinformation

Karl Grunick
Lucas Buchholz

Entdecke deine Körperintelligenz!

Der Zugang zu deinem wahren Energiepotential

Umfang: 192 Seiten

Format: 13,5 x 21 cm, Hardcover

Preis: 19,99 € (DE)/ 20,90 € (AT)/ 28,90 SFr (CH)

ISBN: 978-3-8338-7999-9

Erscheinungsdatum: Oktober 2021



 Auch als
eBook
erhältlich.

Wie wir lernen wieder mehr bei uns zu sein und damit ruhiger und zufriedener werden. Karl Grunicks wunderbarer Zugang zu unserer ureigenen KörperIntelligenz

Eine große Faszination die von der Lebensart indigener Völker oder auch Jahrtausende alter ostasiatischer Kulturen ausgeht, ist die Vorstellung, dass der Körper als das Haus unserer Seele hoch geehrt wird. In unserer modernen Welt hingegen könnte man meinen, wir nutzen unseren Körper vornehmlich dazu, unseren Verstand an den Arbeitsplatz zu transportieren. Gleichzeitig wird er auch immer mehr zum Objekt von Schönheits- und Gesundheitsidealen. Zur Zäsur kommt es meist erst, wenn er plötzlich nicht mehr so funktioniert, wie er soll. **Entdecke deine KörperIntelligenz!** des großen Bewusstseins- und Transformationstrainers Karl Grunick ist eine Einladung, sich wieder auf den Körper und die ihm innewohnende Weisheit einzulassen.

KörperIntelligenz ist universell und schon immer in uns. Unseren Körper haben wir zwar immer und überall dabei, empfinden uns aber nicht mehr als Ganzheit. Gefangen in irgendwelchen Kämpfen und Anstrengungen, unsere individuellen Herausforderungen im Leben zu meistern, kann unsere KörperIntelligenz uns wie ein Nordstern leiten und die Dinge mühelos in Fluss bringen. Denn während der Verstand Situationen um jeden Preis souverän meistern möchte, erkennt die KörperIntelligenz sofort, was wirklich zu uns passt, sich gut anfühlt und uns guttut. In **Entdecke deine Körperintelligenz!** erläutern Karl Grunick und Lucas Buchholz die Hintergründe, stellen die wichtigsten Energieprinzipien vor und bieten anhand von ersten Körperübungen einen Einstieg, KörperIntelligenz selbst zu erfahren.

Karl Grunick ist Musiker, spiritueller Komponist, internationaler Bewusstseins- und Transformationstrainer. Durch seine langjährige Praxis in Kampf- und Energiekünsten hat er seinen eigenen Zugang zur Arbeit mit Energieprinzipien entwickelt. Daraus entstand der Ansatz der KörperIntelligenz (K.I.). Er ist Gründer des Neue-Energie- Trainingszentrums.

Lucas Buchholz ist Autor, Berater, Speaker und Filmemacher und arbeitet zum Bewusstseinswandel in Wirtschaft und Gesellschaft.