

Eine Reise zu deiner inneren Kraft und Mitte

Somatische Human Design Aufstellung

vom 17. Oktober bis 9. November 2026 in Hamburg

mit Nadège Turgné & Martin Grassinger

Ein körperorientierter Zugang zu Selbstwahrnehmung und innerer Regulation

Diese Arbeit verbindet Elemente aus dem Human Design System mit einem erfahrungsorientierten, körperbezogenen Ansatz, damit unbewusste Muster sichtbar und spürbar werden können, da viele innere Prozesse nicht primär kognitiv zugänglich sind, sondern sich über den Körper ausdrücken und regulieren.

Ziel der Arbeit

- Förderung der Selbstwahrnehmung
- Erkennen unbewusster innerer Muster
- Zugang zu individuellen Ressourcen
- Unterstützung bei innerer Orientierung und Entscheidungsfähigkeit

Methodisches Vorgehen

Die Arbeit erfolgt in einer Einzelsitzung (90 Minuten) unter Nutzung einer großflächigen Darstellung der eigenen Human Design Körpergrafik (3x4m). Durch das räumliche und körperliche Erleben verschiedener Anteile können innere Zustände differenzierter wahrgenommen werden. Unbewusst wirksame Aspekte zeigen sich, denn manches was das Leben unterschwellig prägt wird erst klar, wenn es fühlbar wird.

Dabei zeigt sich häufig:

- wo Spannung oder Blockade erlebt wird
- welche inneren Dynamiken wirken
- welche Bereiche als stabil oder unterstützend erfahren werden

Wirkungsebene

Im Unterschied zu rein kognitiven Zugängen steht hier das direkte Erleben im Vordergrund. Veränderung entsteht weniger durch Analyse, sondern durch das bewusste Wahrnehmen und Durchleben innerer Prozesse. Es ist ein behutsames ‚sich-selbst-begegnen‘ auf einer tieferen Ebene als es der Verstand vermag.

Dies kann zu:

- mehr innerer Klarheit
- erhöhter Selbstregulation
- und einem stabileren inneren Bezugspunkt führen

Einordnung

Das Angebot versteht sich als Selbsterfahrung und ersetzt keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung. Es kann jedoch eine sinnvolle Ergänzung sein für Menschen, die sich intensiver mit sich selbst auseinandersetzen möchten, um mehr mit sich selbst im Fluss zu sein. Die Wahrheit fühlt sich leicht an.

*Es gibt einen Ort in dir, der weiß.
Nicht denkt. Nicht analysiert. Nicht zweifelt.
Sondern weiß.*

Dein Körper trägt diese Wahrheit in sich – leise, klar und ununterbrochen. Doch im Lärm des Alltags, im ständigen Suchen im Außen, geht dieser Zugang oft verloren. Was bleibt, ist das Gefühl, nicht ganz verbunden zu sein, nicht ganz in der eigenen Kraft. Diese Arbeit ist eine Einladung, wieder vollständig in Kontakt zu kommen. Nicht über den Kopf. Sondern über das direkte Erleben.

Wie läuft die Aufstellung ab?

Nach einem Vorgespräch arbeitest Du mit deiner persönlichen Körpergrafik in einer überlebensgroßen Darstellung (3x4 Meter). Du trittst buchstäblich in dein eigenes Energiefeld ein und kannst die verschiedenen Aspekte deines Designs unmittelbar im Körper wahrnehmen. Gerade unbewusste Blockaden zeigen sich dabei oft überraschend und klar – und können sich im Prozess lösen. Hierbei geht es nicht um irgendeine Veränderung oder Verbesserung, sondern um echte Transformation. Die Wahrheit fühlt sich leicht an.

Verstehen verändert wenig - Erleben verändert alles.

Die Begleitung

Nadège Turgné arbeitet dank ihrer Offenheit intuitiv und feinfühlig mit den Energien des jeweiligen Menschen. Durch ihre besondere Wahrnehmungsfähigkeit unterstützt sie dich dabei, unbewusste Muster zu erkennen und durch den Prozess hin zur Lösung zu gelangen. Dabei entstehen immer wieder tiefe Aha-Momente – nicht als bloße Erkenntnis, sondern als spürbare Veränderung im eigenen Erleben.

Der Unterschied ist nicht Wissen.

Der Unterschied ist Erfahrung.

Dein Körper kennt deine Ausrichtung längst.

In dieser Arbeit bekommst du die Möglichkeit, sie genau in Dir zu spüren.

Was du konkret für dich mitnehmen kannst

- ✓ Zugang zu deiner inneren Orientierung
- ✓ ein klares Gefühl für deine eigene Kraft
- ✓ Erkennen unbewusster Blockaden und deren Lösung
- ✓ mehr Sicherheit in deinen Entscheidungen für deine Zukunft



Wann & Wo: 📅 vom 17.Okt. bis 9.Nov. 2026 📍 HH-Eimsb. ⌚ 90 Minuten Einzeltermin 💰 290 €

Nadège Turgné, mentale Projektorin aus Südfrankreich, unterstützt in vielen Ländern Menschen dabei, unbewusste Blockaden zu erkennen und führt sie durch den Prozess der Lösung, um dem zu begegnen, was in ihnen jenseits des Verstandes erkannt werden möchte. Martin Grassinger begleitet die Sitzung. Er ist seit mehr als drei Jahrzehnten als Therapeut, Lehrer und Human Design Gesundheitsexperte weltweit tätig.

Hinweis: Da pro Tag nur drei Sitzungen möglich sind, entscheidet die Reihenfolge der Anmeldung über die Teilnahme. Der genaue Veranstaltungsort wird nach der Anmeldung mitgeteilt. Nadège spricht Englisch – Martin Grassinger begleitet und übersetzt bei Bedarf. (Viele Teilnehmer empfinden es als hilfreich, den eigenen Prozess für sich aufzuzeichnen. Ein Stativ für dein Smartphone ist vorhanden.)

Anmeldung zur persönlichen Terminabsprache:

👉 <https://martin-grassinger.com/somatische-human-design-aufstellung>

Stimmen zur Erfahrung:

„Ich habe meine innere Blockade nicht nur verstanden, sondern zum ersten Mal wirklich gespürt.“

„Nach der Sitzung hatte ich eine Klarheit über mich, die ich so noch nie erlebt habe.“

„Es war befreiend bewusst zu erleben wo ich mir selbst im Weg stehe, und wie es sich dann auflöst.“

„Ich hätte nie gedacht, dass das möglich ist. Danke für die wertvolle Erfahrung!“