



BE WITH

Meist schon sehr früh erfahren und lernen wir, dass unsere Wahrnehmung und unsere Gefühle nicht passend, gewollt oder richtig sind.

Mehr und mehr beginnen wir sie zu zensieren, sie als gut und richtig oder falsch und daher ablehnenswert zu beurteilen.

Wir beginnen uns nach dem zu richten, was von uns erwartet und gefordert wird, oder was wir meinen, dass es den Erwartungen und Forderungen unserer Umwelt entspricht. Dadurch verlernen wir oft uns auch mit dem, was anderen vielleicht nicht gefallen könnte, zu zeigen. Und letztendlich auch unserer eigenen Wahrnehmung zu trauen und zu folgen.

Was wäre nun, wenn wir mit dem sein könnten, was wir sind ?

Wenn wir einfach das zulassen könnten, was uns gerade bewegt und berührt ?

Wenn wir keine Angst haben müssten, mit unserer Verletzlichkeit, unserer Sehnsucht, unserer Traurigkeit oder unserer Freude zu sein und all dies auch zu zeigen und auszudrücken ?

BE WITH lädt Dich dazu ein.

In diesen 4 Tagen wird Dir durch verschiedene Methoden aus Gestalt – und Körperpsychotherapien, Bewegung, Bewusstseinsarbeit und mit Hilfe von Ritualen ermöglicht werden, zu erfahren was gerade in Dir und um Dich ist.

Dich mit Deinen Gefühlen, Gedanken und Impulsen anzunehmen, ohne sie be- oder gar verurteilen zu müssen. Dich damit mehr und mehr im Kreis der anderen zu zeigen und auszudrücken.

Dies kann ein erleichterndes, beglückendes und auch heilsames Erleben sein.

BE WITH ist daher ein spannender, lebendiger Prozess des Freundschaftschließens mit dem was ist. Hier und Jetzt.

Ohne dabei etwas bestimmtes erreichen oder beweisen zu müssen, kannst Du so in Kontakt mit Dir und den anderen kommen. Einem Kontakt, der Deiner Wahrheit, Deinem So-Sein in diesem Moment entspricht.

Die Gruppe gibt Dir dabei nicht nur Halt und Unterstützung, sondern ist wie ein Abbild der Welt in all ihren verschiedenen Facetten, mit denen Du Dich ausprobieren kannst.

BE WITH ist für all diejenigen, die Lust auf eine intensive Zeit der Selbsterfahrung haben. Die neugierig sind auf Begegnungen mit sich selbst und den anderen. Und die den Wunsch und die Sehnsucht in sich spüren, mit dem sein zu können und sich zu zeigen was ist.

Um dafür einen möglichst intimen Raum bieten zu können, ist die TeilnehmerInnenzahl auf max. 18 Personen beschränkt.

Ich freue mich darauf Dich bei diesem spannenden Abenteuer begleiten zu dürfen !

Workshopleitung: Latifa Rothacker
Heilpraktikerin, Gestaltherapeutin, Körperpsychotherapeutin
Prozessbegleiterin
Trainee von Alan Lowen Art of Being®

Hier noch einige Fotoimpressionen von unserem Seminarhaus



Termin

16.- 20. Oktober 2019

Ort

Seminarhaus Finkenwerder Hof (an der Mecklenburgische Seenplatte)

Zeiten

Beginn am 16. Oktober um 19:00 mit einem gemeinsamen Abendessen
Ende am 20. Oktober gegen 14:00 nach einem gemeinsamen Mittagessen

Kosten

Workshopgebühr 370 € + 180 € Übernachtung DZ & reichhaltige veg. HP
(Einzelzimmer sind gegebenenfalls buchbar; bitte per Mail nachfragen.
Zuschlag hierfür 85 €)

! FRÜHBUCHER*INNEN (bis 16. August) ERHALTEN EINE ERMÄSSIGUNG VON 70 € !

Anmeldung

Für Deine Anmeldung lass Dir bitte unter kontakt@mindfulacting.de
von mir das Anmeldeformular zusenden;
oder lade es direkt von meiner Website unter <http://www.mindfulacting.de/termine/>
herunter.