

Herz & Lust!

Nähe und Sinnlichkeit in Beziehung neu entdecken. Ein Wochenende für Paare

Du spürst irgendwo und irgendwie eine tiefe Sehnsucht in Dir, nach mehr Nähe, Vertrautheit, Intensität miteinander – körperlich, seelisch, energetisch.

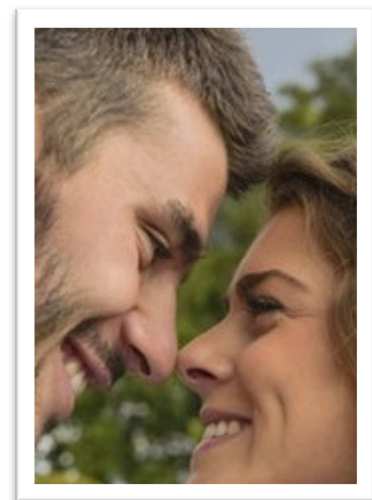
Du ahnst, dass es zwischen Euch noch viel mehr Potential gibt, als Ihr jetzt miteinander lebt – oder, dass es jetzt möglich ist, bereits gelebte Potentiale in Eurer Beziehung erneut zu entfalten.

Du wünschst Dir Wege miteinander zu finden, um mit Verletzendem, Unterschiedlichkeiten und Trennendem innerhalb der Beziehung entspannter umgehen zu können.

Offenheit und Neugier auf die Erfahrung im Hier und Jetzt

Paar sein? Intimität erfahren? Sinnlichkeit spüren und Leidenschaft leben? Sich authentisch und herzlich begegnen? Herausfordernd? Ja. Definitiv. Und sehr schön - wenn das Paarsein Zeit und Raum bekommt. Dieses Wochenende bietet eine intensive Möglichkeit hierfür.

„Euch lebendig und auf heilsame Art begegnen, anstatt aneinander vorbeizureden. Miteinander in Beziehung sein, statt nur eine Beziehung zu haben. Zarte Berührungen, intensiven Augenkontakt, Energie und Magie zwischen Euch entstehen lassen, anstatt Gefühle wegzuschließen. Verantwortung für Dich übernehmen und destruktive Beziehungsmuster durchbrechen, anstatt Dich als Täter oder Opfer zu erleben. Miteinander still werden und die Herzebene wieder ins Fließen bringen. Leidenschaft wieder entdecken und sich zu zweit neu erfahren.“



Für Wen

Unser Wochenende richtet sich an Paare jeden Alters, die den Wunsch nach Sinnlichkeit, Vertiefung und Entwicklung Ihrer Beziehung in sich tragen.



Jede Paarbeziehung verändert sich stetig und das ist gut so – denn würde sie dauerhaft stagnieren, ist das Ende nicht mehr weit. Beziehung bedeutet: Sich aufeinander beziehen. Lebendiger, offener Kontakt miteinander ist Voraussetzung dafür, dass die Beziehung ebenfalls lebendig und authentisch bleibt.

Davon geht oft im Alltag einiges verloren. Ballast sammelt sich an: Unausgesprochene oder ungelöste Enttäuschungen, Verletzungen, Ängste, Vorwürfe, destruktive Streitmuster. Meistens erwacht der Wunsch nach gemeinsamer Entwicklung dann, wenn diese ungelösten Themen viel Raum in der Beziehung einnehmen.

Alle möglichen Aspekte und Spannungsfelder des gemeinsamen Wunsches nach Wachstums könnt Ihr sehr gerne mitbringen, z.B.

- ✓ Wunsch nach achtsamen, wertschätzendem Umgang im Alltag und in Auseinandersetzungen
- ✓ Nicht nur Eltern sein, auch wieder zum Paar-Sein zurückfinden
- ✓ Sich abseits des Beziehungsalltages wieder nach mehr Intensität, Nähe und Sinnlichkeit einlassen
- ✓ Einen neuen Startpunkt oder nächsten Ankerpunkt in der Beziehung setzen
- ✓ Lernen sich wieder mehr zuzuhören und wahrhaftig wahrzunehmen
- ✓ ...

Facetten des Wochenendes

- ✚ Geschützter Rahmen abseits des Alltags, achtsam, klar und wertschätzend
- ✚ Möglichkeit, eigene Paardynamiken und Verhaltensmuster wahrzunehmen und ein größeres Bewusstsein hierfür zu entwickeln
- ✚ stille & bewegte Meditation
- ✚ Paar-Begegnung jenseits von Worten: Körpererfahrung, geleitete Massagen, Sinnlichkeit
- ✚ Teilen von Erfahrungen in einem Kreis von Paaren, die an ähnlichen wie auch an ganz anderen Punkten und Herausforderungen stehen
- ✚ erfahrene Gruppenleitung
- ✚ begrenzte Teilnehmerzahl (max. 6 Paare)

Termin, Ort, Kosten

10.11.2018 – 11.11.2018 im Tajet Garden in Köln-Bayenthal

Samstag: 10:00 – 21:30 Uhr

Sonntag: 10:00 - 15:00 Uhr

230,00 € pro Person (Frühbucher: 200,00 € bei verbindlicher Anmeldung und Überweisung bis 01.10.2018), ohne Verpflegung

Übernachtung im Seminarraum möglich (20,00 €/ p.P.)

Gut zu wissen

An diesem Wochenende steht die Bekräftigung des Paarseins im Vordergrund. Dies in einem sehr geschützten Rahmen, der die Grenzen des Paares wertschätzt. Alle intensiven Übungen werden mit dem eigenen Partner durchgeführt.

Deine Widerstände, Zweifel und Ängste darfst Du ebenso mitbringen wie Deine Offenheit, Lust und Zuversicht. Außer Deiner Bereitschaft dich einzulassen gibt es keine Vorerfahrung, die Du mitbringen musst.

Nähere Infos und die Möglichkeit uns kennen zu lernen gerne in einem persönlichen Gespräch. Wir freuen uns von Herzen darauf, diese Reise mit Euch zusammen zu begehen!



Wegbegleitung



Unsere Zusammenarbeit ist getragen von Achtsamkeit, Respekt und Vertrauen. Wir bereiten einen sicheren und heilsamen Raum, offen für das, was entstehen möchte. Neben klassischen und alternativen psychotherapeutischen Techniken sowie körper- und meditationsorientierten Methoden beziehen wir vor allem unsere Fähigkeit mit ein, uns auf die jeweiligen Prozesse innerhalb der Gruppe intuitiv und spontan einzulassen und individuelle und an den Moment angepasste Impulse zu geben.

Mehr unter: www.herzundlust.de

Bianca Bosbach arbeitet als Heilpraktikerin für Psychotherapie in ihrer eigenen Praxis im Herzen von Bergisch Gladbach und begleitet Einzelne und Paare auf ihrem Weg zu mehr Klarheit und Lebendigkeit. Die Themenbereiche Beziehung, Achtsamkeit, Weiblichkeit, Persönlichkeitsentfaltung und Natur bewegen sie sehr. Sie lebt in langjähriger, inniger Beziehung. Mit sich selbst – und ihrem Partner.

Tel.-Nr. 0151 – 51515 865 www.biancabosbach.de

Stephan Maey arbeitet als Yogalehrer, Yoga-Ausbilder und Coach in Köln und Umgebung. Seine langjährige Arbeit mit Menschen ist geprägt von großer Offenheit und tiefem Einfühlungsvermögen, einem klaren Blick und seiner Authentizität. Die Themenbereiche des „In-Kontakt-Seins“ sowie der Erfahrung von Stille liegen ihm besonders am Herzen. Er lebt zusammen mit seiner Frau, seinen beiden Kindern und Hund in einer kleinen Hofgemeinschaft in der Eifel.

Tel.-Nr. 02253 – 54 54 730 www.menschenreise.de