

von der Erschöpfung in die Schöpferkraft

Angebot

Wir gehen mit euch über drei Tage und zwei Nächte hinweg in ein intensives Retreat an einen für eure Gemeinschaft stimmigen Ort. Wenn es für euch passender erscheint oder organisatorisch nicht anders möglich ist, kommen wir auch zu euch.

Wir führen euch durch ein ausgewogen rhythmisiertes Programm, das euch untereinander in tieferen Kontakt und zu einem besseren Verständnis füreinander bringt. So entsteht echtes Vertrauen.

Wir geben euch dabei Methoden mit, die ihr anschließend in eurer Gemeinschaft weiter gebrauchen könnt. Darüber hinaus geben wir euch Orientierungshilfen, wenn ihr auf der Suche nach einer Vision seid, die von der ganzen Gemeinschaft gelebt und gemeinsam getragen wird.

Wenn ihr es braucht, strukturieren wir in einem nächsten Schritt mit euch auch die konkrete Umsetzung und begleiten euch weiter.

Viele fühlen sich erschöpft und haben in sich ein tiefes Bedürfnis nach Erholung, nach Regeneration.

Wir zeigen euch einen Weg, wie ihr eure Lebensquellen auftut, sie in euch sprudeln spürt und zu eurer vollen Schaffenskraft kommt.



Connect

Julia Rost & Alexaner Sust
Phönixberg
Zum Kapellenwald 1

36358 Herbstein

Tel: 0160-2257163

Kosten

Wir erstellen euch ein Angebot, das auf eure Bedürfnisse eingeht. Nehmt bitte Kontakt zu uns auf.

connect@body-heart-wisdom.de
<https://body-heart-wisdom.de>

Bildquelle: Helena Nelson-Reed



Wirkraft

Retreat

für Gemeinschaften

Julia Ann-Margaret Rost



Mit ihrem körper- und tanztherapeutischen Ansatz kreiert sie einen Raum, in dem Du Dir selbst und den Menschen um Dich herum nahe kommst. Sie lässt sich von ihrer Intuition leiten und hat ein gutes Gespür für Dynamik und den richtigen Moment.

Ihre Methodik bringt Körper, Geist und Seele in ein harmonisches Zusammenspiel. Das lässt die Quellen der Lebenskraft sprudeln. Aus dieser Kraft ist auch ihre Mission geboren: *Embodied Heart Healing*, in der über den Körper der Kontakt zur Gefühlswelt belebt wird.

Alexander Sust



Nachhaltige Entwicklung hat er sich seit vielen Jahren zur Aufgabe gemacht. Für ihn fängt sie bei einem Verständnis für die Quellen an, aus denen Kraft für Wachstum und Entwicklung hervorgehen.

Mit seiner konzeptionellen und wissenschaftlichen Arbeit hat er fundierte Erfahrung darin, Gemeinschaften auf ein gemeinsames Ziel zu fokussieren.

In Japan, wo er einige Jahre lebte, ist sein Wesen gereift, das von Achtsamkeit, innerer Ruhe, der Liebe zum Detail und für die Ästhetik von Prozessen geprägt ist.

Programm

Bildung von Gemeinschaften

Das Leben in Gemeinschaft ist eine große Sehnsucht und dennoch eine echte Herausforderung. Wir können euch dabei unterstützen, in tiefere Verbundenheit zu euch selbst und darüber hinaus zu einem starken Miteinander zu kommen.

Re-connect

Wir fangen beim Einzelnen an. Bist du verbunden mit dir und deiner Natur? Was brauchst du, um voll in deine Kraft zu kommen? Bist du dir deines großen Wertes bewusst? Wir helfen dir, solche Fragen nicht mit deinem Kopf allein, sondern mit Körper, Geist und Seele zu ergründen.

Vom Ich zum Du

Im nächsten Schritt gehen wir in Kontakt zu unserem Gegenüber, zu unserem Partner. Woher kommt diese Anziehungskraft zueinander? Was stärkt sie? Was finden wir im anderen? Wir schauen auf das Prinzip von Weiblichkeit und Männlichkeit in uns und im Anderen.

Vom Du & Ich zum Wir

Eine Partnerschaft zwischen zwei Menschen ist schon nicht einfach, aber wie kommen wir zu einem Gemeinschaftsgefühl, das von tiefem Vertrauen und Liebe zueinander erfüllt ist?

An dieser Stelle gilt es, uns unseren Beziehungsmustern zu stellen. Wie finden wir zusammen in dem Raum zwischen uns? Wie gestalten wir ihn gemeinsam, wie machen wir ihn weit und schön und einladend?

Mit unseren Methoden helfen wir euch dabei, in diesem Raum in Berührung zu kommen und euch in ihm neu zu begegnen.

Vom Wir zur schöpferischen Kraft

In diesem Wir-Raum könnt ihr Zugang finden zu einer unfassbaren schöpferischen Kraft. Aus dieser Quelle kann etwas erwachsen, das größer ist als ihr es als Individuen je schaffen könntet. Es wird als Gemeinschaft erfüllend sein, genau das miteinander zu erleben.

Diese Kraft wird euch auch über Krisen und Unwegsamkeiten hinweg zusammenhalten. Sie wird dann da sein, wenn ihr euch wirklich am meisten braucht.

Wir zeigen euch Wege, wie ihr diese Kraft hüten und nähren könnt, wenn ihr sie einmal gemeinsam in die Welt gebracht habt.

Wholyness community

Hast Du ein unbedingtes Interesse an der Entfaltung des anderen?

Wenn das so ist, dann ist es bedingungslose, universelle Liebe und das ist gut so!

Wenn ihr es schafft, diese Form der Liebe in das Herz eurer Gemeinschaft zu pflanzen, wird sie über sich hinaus wachsen. Sie wird auch die Welt um euch herum erfüllen.

