

Berlin
25.- 27. Oktober 2024
Wochenend-Workshop

Know, that if you don't have pleasure
it is because you have lost your truth.

Pleasure is the ultimate goal and
curative agent of life!

~John Pierrakos ~

LEBENSFREUDE

Lebensfreude ist verbunden mit Selbstliebe und Zufriedenheit. Jeder möchte das Leben genießen, aber meist/oft suchten wir es eher im Außen als im Inneren.

Lebensfreude lässt uns lebendig und spontan sein. Wenn wir sie erleben, fühlen wir uns beschenkt und zufrieden. Sie hält uns körperlich und geistig beweglich und hilft uns, die unvermeidlichen Veränderungen im Leben zu meistern, stärkt unser Immunsystem und unsere Gesundheit.

Wenn wir die Freude in unserem Leben verlieren, beginnt ein innerer Kampf von Kontraktion und dem Wunsch, sich wieder zu öffnen; wir ziehen uns innerlich zurück, werden rigide, verlieren unsere Spontanität und werden unzufrieden, stellen uns selbst in Frage.

Wenn wir keine Zufriedenheit in uns finden, kompensieren wir das oft durch die Suche nach schneller Befriedigung im Außen wie z.B. durch Konsum von Süßigkeiten, Alkohol, Drogen oder dem Wechsel von einem Sexualpartner zum nächsten. Doch die Befriedigung ist nur vorübergehend und verlangt nach ständiger Wiederholung - am Ende stehen Sucht, Abhängigkeit und innere Leere.

Jeder kennt diese Art von Verweigerung und Trägheit bis zu einem gewissen Grad.

In diesem Workshop wollen wir durch verschiedene Übungen die Teilnehmer - Dich - innerlich wie auch körperlich in Bewegung bringen, damit Du Deine Lebensenergie in Dir spüren und verstehen kannst, wo und wie Du sie zurückhältst. Durch ein wachsendes Verständnis für Dich, verbunden mit einer positiven Intention kannst Du körperliche Anspannungen wie auch blockierende Muster loslassen und spüren, wie Du Zugang zu Deiner Lebensfreude bekommst.

Wann:

Begin 25.Oktober um 16:00
Ende 27.Oktober um 16:00

Wo:

Rue Joseph le Brix 4
10435 Berlin-Tegel

Kosten:

Einzelperson 400,-€
Frühbucher (bis 31.08.24) 360,-€
Paare 700,-€

Weiter Infos:

+49(0)178-3121439
kstinshoff@gmx.de
anna@veluwe.net



Leiter

Anna Timmermans, Gründerin des niederländischen Core-Energetics Institut. Klaus Stinshoff, Arzt und Psychotherapeut. Beide sind leitende Lehrer am holländischen CE Institut. Zusammen arbeiten sie seit 1999 mit Paaren und Gruppen.

Platzreservierung nach Zahlung der Teilnahmegebühr:

Klaus Stinshoff, APO Bank Berlin, IBAN: DE77 3006 0601 0101 8815 58,
BIC: DAAEDEDXXX. "Lebensfreude"