Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

A Taste of Intimacy

Waves and Heartbeat Workshop

Datum:	**07.09.2024 - 08.09.2024**
Dauer:	2 Tage
Leitung:	**Julia Kne□vi□**
Preis:	**295,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

lamhita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Hast du dich schon einmal gefragt, was der Geschmack von Nähe sein könnte? Und warum scheint es so schwer geworden zu sein, ihn wahrzunehmen? Trauen wir uns noch an den Ort, an dem wir es herausfinden könnten? Oder haben wir längst unbewusst entschieden, lieber gefühllos zu sein, als noch einmal eine Reise dorthin zu riskieren? Möchtest du mit uns diesem Hunger folgen und deinen Geschmack von Intimität erkunden?

Seminarbeschreibung

Tanze mit durch die 5Rhythmen®-Waves und Heartbeat-Landkarten samt ihren Wegweisern, um zu erforschen, welche Art von Intimität du dir am meisten wünschst, und auch bereit bist einzugehen. Indem wir die innige Verbindung von Atem und Bewegung erkunden, eröffnen wir uns Wege aus der Isolation in den Kontakt mit uns selbst, einem Gegenüber und der Gemeinschaft.

Was macht es für einen Unterschied, wie wir uns in unserer eigenen Haut fühlen, wenn wir in Kontakt gehen? Man kommt sich näher, berührt sich in der Seele oder auch körperlich. Eine vorübergehende Auflösung von Grenzen kann sehr schön sein, aber auch beängstigend. Um sich derart öffnen zu können, braucht es Vertrauen.

Die 5Rhythmen®-Praxis bietet uns ein tiefgreifendes System von Fähigkeiten und Werkzeugen beim Navigieren auf diesem Terrain, die wir auf den Dance Floor unseres täglichen Lebens mitnehmen können, für mehr Leichtigkeit und Frieden in den Beziehungen zu uns selbst, dem Leben und anderen.

Für die Teilnahme ist es hilfreich, die 5Rhythmen®-Waves-Praxis schon geübt zu haben. Aber auch wenn die Praxis neu für dich ist, kannst du dabei sein.

Seminarzeiten

Beginn am 1. Tag um 10:00 Uhr, Ende am letzten tag um 17:00 Uhr.

Dozent*innen

Julia Kne□evi□

Von Gabrielle Roth autorisierte, im WAVES- und HEARTBEAT-Level ausgebildete 5Rhythmen®-Lehrerin aus Köln. Sie bringt über 20 Jahre Erfahrung in dieser Methode und einen reichen Hintergrund in diversen alternativen Heilmethoden und Yoga mit und geht ebenso lang den schamanischen Süße-Medizin-Sonnentanz-Weg. Mutter von vier Kindern.