

LET THERE BE TOUCH!

A COURSE FOR MEN AND WOMEN
IN THE ART OF TOUCH

Alle zwei Wochen treffen wir uns, um achtsame Berührung zwischen Mann und Frau zu praktizieren.

Wie möchte ich berührt werden?

Wie kann ich den Anderen wirklich spüren, mit ihm in Kontakt sein und ihm begegnen?

Wie nähren wir uns liebevoll mit und durch Berührung?



Every second Sunday evening we meet for some hours to explore and investigate what it means to touch and be touched. Each meeting has a different focus, from head to feet, from skin to bones, from soft to strong. There will be time for reflection and feedback. This workshop will include 10 meetings, between man and woman, in which not only bodies will be touched.

Methodisch beinhaltet der Kurs Massagetechniken, tantrische Übungen, ebenso wie Achtsamkeitstraining. Wir treffen uns im Anfängergeist und lassen uns von unserer Unwissenheit und Neugier leiten. Wir experimentieren mit Nähe und wahrhaftiger Kommunikation, lassen unsere Energie fließen und klären unsere Bedürfnisse und Blockaden. In einem achtsamen Rahmen entschleunigen wir, um die Mechanismen von Widerständen und Missbrauch zu klären und zu heilen. Liebevolle Umarmungen nähren uns. Gehör zu finden, gibt Kraft.

Auf ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Männern und Frauen wird geachtet. Der Kurs startet am 2. September und geht bis 23. Dezember. Im August gibt es einen offenen Infoabend mit Übungen, bei dem du herausfinden kannst, ob die Gruppe für dich das Richtige ist.

Kosten: 20 Euro pro Treffen. **Ort:** Berlin Alt-Treptow. **Infoabend:** 19. August, 19 Uhr, Kiefholzstraße 20.

Ich freue mich auf dich!

Malou

www.thelovingtouch.de