

Im online Gestaltungsspielraum

VERANSTALTUNGEN AM
28.04.2019 & 12.05.2019
VON 10.00 - 12.00 Uhr

Council-Heilkreis «Frau sein»

KOSTEN: Auf Spendenbasis
ANMELDUNG AN ALINA:
gestalte.strahle@gmail.com

Es gibt Reichtümer an
denen man zugrunde
geht, wenn man sie nicht
mit anderen teilen kann
Michael Ende

Anleitung durch Bine

Wieviel Frau-Sein lebst du in deinem Leben?

Was bedeutet das überhaupt für dich?

Wo wünschst du dir noch mehr in deine weibliche
Kraft zu kommen?

Und wie kann diese noch stärker gelebt werden?

Do What you feel in your
heart to be right. You'll
be criticized anyway
Eleanor Roosevelt



Gespräche von Herz
zu Herz

Zum Frauen-Council

Ich möchte Euch einen Raum anbieten, in dem wir uns mit dem, was gerade da ist authentisch begegnen können.

Das Kreisgespräch ist eine Form des Austausches und der Verbindung auf Herzebene, aber auch eine Möglichkeit des zu-Rate-ziehens. Es wurde in vor-gesellschaftlichen Lebensformen und wird noch heute in indigenen Kulturen praktiziert. Und: Es findet zunehmend wieder Beachtung in der „westlichen“ Welt, in Lebensgemeinschaften, Selbsterfahrungs- und anderen Gruppen. Es gibt ein paar einfache Grundregeln, die im Sinne einer achtsamen und respektvollen Haltung stehen und einfach zu „erlernen“ sind.

An diesem Nachmittag werden wir uns dem Thema „Frau-Sein“ in unserem Heilkreis widmen.

Wieviel Frau-Sein lebst du in deinem Leben?

Was bedeutet das überhaupt für dich?

Wo wünschst du dir noch mehr in deine weibliche Kraft zu kommen?

Und wie kann diese noch stärker gelebt werden?

Wenn dich das anspricht, komm in unseren Kreis!

Begleiten werden uns neben den von uns im Kreis geteilten Erfahrungen achtsame Körperwahrnehmungsübungen.

Ich freue mich auf dich!

Bine

Zu meiner Person

Ich selbst habe die Kraft des Councils in meiner Ausbildung zur systemisch-ökosophischen Erlebnispädagogin vor vier Jahren kennen gelernt und war fasziniert von der Weisheit der Worte, die mich tief in meinem Herzen berührten, welche in den Kreisen miteinander geteilt wurden. Seitdem verfolge ich das Anliegen, diese achtsame Gesprächskultur anderen Menschen, Kindern und Jugendlichen, und nun auch Erwachsenen Frauen erfahrbar zu machen.

Im Zuge eigener Krisenerfahrungen als Jugendliche und Erwachsene junge Frau spielte meine eigene Persönlichkeitsentwicklung schon sehr früh eine bedeutsame Rolle in meinem Leben. Mein Studium der Soziologie und Erziehungswissenschaften half mir außerdem dabei, den Menschen vor dem Hintergrund der Menschheitsgeschichte und der gegenwärtigen Gesellschaft besser zu ergründen. Im Anschluss meines Studiums arbeitete ich einige Jahre in der Sozialpädagogik. Meine spätere Ausbildung zur Erlebnispädagogin und die damit einhergehende Rückverbindung mit Mutter Natur zeigte mir auf, dass andere Möglichkeiten des Lernens und einander Begegnens möglich sind, aber noch viel zu wenig gelebt werden. Im Moment befinde ich mich in Ausbildung zur systemischen (Familien)Therapeutin.

Mit meinem eigenen Frau-Sein setze ich mich bewusst seit drei Jahren intensiver auseinander. Mir half und hilft dabei die Anerkennung meines eigenen weiblichen Zyklus, das Hören und Sichtbarwerden meiner eigenen inneren Stimme, dem kreativen Ausdruck meiner Emotionen und die ehrlich-authentische Begegnung mit anderen Frauen.

Von dem Gestaltungsspielraum fühlte ich mich schließlich eingeladen, einen eigenen Frauen-Council-Heilkreis zu initiieren.