

KREIS-ZEIT

Samstag 1.Februar / Sonntag 22.März

Samstag 2.Mai / Samstag 2.Juni / Samstag 4.Juli

jeweils 14.00 – 17.30 Uhr

«**The circle way**» ist eine alte überlieferte Kultur der Indianer. Im Kreis wird ein Raum geschaffen um unter Gleichgesinnten in Vertrauen, Echtheit und Individualität zusammen zu sein und in die Tiefe zu gehen. Dabei werden vor allem die beiden Methoden «**counseling**» und «**supportive listening**» geübt und genutzt um einander und sich selbst auf dieser tiefen Ebene zu begegnen.

Im «**counseling**» kann es zu tiefen Einsichten in sich selbst kommen, denn im Kreis geht man davon aus, dass jeder alles, was sie/er benötigt, in sich selber trägt. Durch diese therapeutische Methode werden Prozesse in Gang gebracht, welche Lösungen, Erkenntnisse oder Antworten an die Oberfläche bringen.

Das «**supportive listening**» ermöglicht dem Zuhörer Verständnis für die Ebene der Innenwelt anderer Menschen zu entwickeln. Dies lässt die Nächstenliebe wachsen und führt zum besseren Verständnis und mehr Liebe für sich selbst.

Im Kreis wird ein Umgang mit gegenseitigem Respekt, Vertrauen und hoher Achtsamkeit gepflegt. Dabei wird geübt einander wertfrei zu begegnen. Sich selbst zu sein und andere anzunehmen, wie sie sind.



Zusammen-kommen

Zusammen-sein

Zusammen-wachsen

Ablauf:

14.00 Eintrudeln zum Tee

14.30 Kreisstart

Räuchern, Einstieg

Meditation und Zirbeldrüsenreinigung

Danksagung

counseling / supportive listening

Schlussrunde

Energieausgleich:

Bewusstes Bezahlen

Anmeldung:

Bis jeweils 3 Tage vor dem Kreis



Fabiana 076 490 86 86

Karin 079 259 29 85

yogaaround@gmx.ch



ZENTRUM BEIM KREISEL

St.Gallerstrasse 34a

9320 Arbon