



# „Begegnen wir uns (immer noch) in Würde, in Achtsamkeit und Liebe?“

**Ein tanztherapeutisches Seminar für lebendige,  
aufrichtige nährenden Beziehungen und Freundschaften**

**kreiert für Paare, Singles, Familien und Freunde**



Jeder Mensch sehnt sich nach erfüllten und nährenden Beziehungen und die meisten von uns brauchen sie, um sich wirklich glücklich zu fühlen. Tatsächlich aber befinden wir uns häufig in scheinbar unlösbaren Konflikten gerade mit denen, die uns am nächsten stehen oder einmal standen und/ oder die Situation ist so verstrickt, dass eine Kommunikation vom Herzen nicht mehr möglich zu sein scheint. - Wenn wir dauerhaft in solcherart Spannungen leben und es nicht gelingt, sie positiv zu lösen, wenn wir keine „Seelen-Nahrung“ (mehr) durch freudvolle erfüllende Beziehungen erhalten, macht uns das einsam, verbittert, unglücklich oder krank.

Die Basis für gesunde erfüllende Beziehungen ist in meinen Augen, dass ich mich selbst immer besser kenne und zunehmend in der Lage bin, mich und mein Verhalten aus einer gewissen Distanz heraus zu beobachten. Ohne mich zu verurteilen! Dieser Weg aber braucht Aufrichtigkeit (vor allem vor mir selbst), braucht Mut und Vertrauen.

In diesem Seminar werden wir neben der Praxis der Selbsterforschung konkrete „Werkzeuge“ kennenlernen, mit deren Hilfe wir unmittelbar mehr Tiefe, Verbindung und Liebe in unsere Beziehungen/ Freundschaften bringen können. Dabei unterstützen uns achtsamer Körperkontakt, Ehrlichkeit und der Weg des Herzens, sowie die Verbindung zum Mysterium, zu dem, was weit Größer ist als wir.



**Leitung:** Chetan F. Erbe, Jg 1967, Syst. Tanztherapeut (BTD), Lehrer für Tanz- und Contact Improvisation, Theaterpädagoge (BuT), staatl. anerk. Erzieher, Co-Leiter in der Weiterbildung zur/ m Begegnungstherapeut/in, Tibetan Pulsing Practitioner, Seminarleiter seit 1997, Vater eines 6-jährigen Jungen

**05./ 06. Dezember 2020**

**im Raum Elfeshof, Weingartenstraße 41, 41468 Neuss, [www.raum-elfeshof.de](http://www.raum-elfeshof.de)**

**Anmeldung über Claire: [mail@praxis-gunther.de](mailto:mail@praxis-gunther.de) , 0152 – 2868 7178**