

Frauen: Gemeinsam wachsen wir

Workshop-Reihe mit Shila Schönhals

Macht und Wirksamkeit

unter Mitwirkung von Rani Legde-Naskar als Gastreferentin



Am Vormittag begeben wir uns, angeleitet von Shila, auf eine Reise durch die Polarität von Macht und Ohnmacht. Begleitet von Klängen gehen wir in innere und äußere Bewegungen und loten das Spannungsfeld dieser beiden Pole aus. Spielerisch, mit ein wenig Ernst nähern wir uns der Quelle, aus der wir, jede Frau für sich, schöpfen. Wir teilen unser Erlebtes miteinander: Wie ergeht es mir, wenn ich mich mächtig/ohnmächtig fühle? Was fordert der jeweilige Pol von mir? Wie kann ich die Brücke zwischen den Polen schaffen?

Nach der Mittagspause führt uns Rani in die Räume unserer Wirksamkeit in der Welt, der inneren und der äußeren. Wie nehmen wir als Frauen unsere Mächte und Möglichkeiten wahr? Wohin wollen wir unsere Kräfte und Wünsche richten? Welches sind die Geschenke der Macht, welche die der Ohnmacht? Wir experimentieren mit unseren Vorstellungskräften und Erfahrungen, schreiben, teilen miteinander.

Termin:

Sonntag, 03. März 2019, 11:00 bis 15:00 Uhr

Ort:

Seminarraum-Lichthaus, Lindenbühlstr. 4-6, 88662 Überlingen-Bamberg

Kostenbeitrag:

45 €. Ermäßigung möglich – bitte bei der Anmeldung kommunizieren.

Mitzubringen:

Bequeme Kleidung, Schreibzeug, ein Beitrag für das gemeinsame Mittagessen.

Anmeldung:

Email: shila_schoenhals@web.de oder telefonisch: 017620227738