

spirit works!

Newsletter September 2008 Seite 1/1 www.spirit-works.ch

SINNLICHE BERÜHRUNG UND BEWUSST-SEIN: HEILSAME ENTSPANNUNG IN DIE LIEBE

Liebe Freundinnen, liebe Freunde von Spirit Tantra!

Nach einer intensiven Zeit des Aufbaus und Wandels verschaffen wir unserer Inneren Entwicklung Ausdruck: Aus Spirit Tantra wird **spirit works!** Die Spirit Tantra Massage entfaltet sich zur **Sensual Healing Massage**, während wir die **Shiva-Shakti Massage** wie bisher unverändert anbieten.

Einladung zu den Massageseminaren 1 und 2 für Paare und Singles

Die Basis der sinnlichen Massage ist die Entspannung ins Vertrauen, die Entwicklung der Sensibilität und des Mitgefühls für uns und den anderen. Wir schaffen eine Atmosphäre, in der sich jede und jeder geschützt fühlt. Heilung ist einfach sein, wie wir sind – ein Prozess, die Dinge so anzunehmen, wie sie sind. Wir können vertrauen, wir tragen und werden getragen.

Yoga der Präsenz: Wir üben in Achtsamkeit, präsent für jede Berührung, jede Empfindung und jedes Gefühl zu sein. Die Gesamtheit der momentanen Realität wird von Bewusstsein durchdrungen, um in eine entspannte Offenheit hineinzuwachsen.

Yoga der Berührung: Absichtslose Berührung öffnet das Tor zu den Sinnen und stimuliert uns bis in die Wurzeln. Durch das Berühren und Berührtwerden kommen wir zum Gefühl der Lebendigkeit, erfahren Intensität und Pulsieren. Wir finden ganz natürlich zu unserer Einheit. Berührung ist eines der wirksamsten Mittel, den Körper besser kennenzulernen, um bei guter Gesundheit zu bleiben und sich ein ausgeglichenes Nervenkostüm zu erhalten. Sie fördert die Qualität und Innigkeit der Paarbeziehung und steigert unsere Fähigkeit, in der Stille zu sein. Der Zustand der Stille erhöht die Wahrnehmungsfähigkeit und die Wahlmöglichkeiten im alltäglichen Leben.

Durch die Sensibilisierung unserer Sinne und die Ausdehnung unserer Wahrnehmung stossen wir früher oder später auf tief vergrabene Emotionen wie Angst und Trauer, die uns und die natürliche Ausstrahlung unserer Qualitäten dämpfen. Wenn wir im Herzen berührt werden, können wir Angst überwinden. Die Bewusstwerdung und Akzeptanz unseres Soseins führt uns Schritt für Schritt in die Entspannung, in der Transformation geschieht.

Massageseminare 1

Einführung in die sinnliche Massage für Singles und Paare
CHF 350.–/Person/Wochenende ohne Unterkunft und Verpflegung
Fr 19. bis So 21. September 2008 in Solothurn
oder
Fr 7. bis So 9. November 2008 in Zürich

Massageseminare 2

Vertiefung und Erweiterung der sinnlichen Massage für Singles und Paare
Teilnahmebedingung: Besuch Massageseminar 1
CHF 350.–/Person/Wochenende ohne Unterkunft und Verpflegung
Fr 28. bis So 30. November 2008 in Zürich

Herzlichst
Elana und Beat