

Versöhnlichkeit und Liebe leben mit Aloha Spirit & Resilienz

Mit der stärkenden Lebensphilosophie der Hawaiianer eine liebevolle und versöhnliche Lebenshaltung entwickeln



Aloha Spirit bedeutet gelebte Liebe. Der Aloha Spirit kann eine spirituelle Quelle von Resilienz sein. Er inspiriert auch uns – weit weg von Hawai'i – dazu, unsere Sinne, unseren Geist und unser Herz zu öffnen für die Freude, Schönheit und Fülle in unserem Leben.

Ho'oponopono entstammt einer alten hawaiianischen Tradition. Es ist eine Methode, die die Kraft der Versöhnlichkeit nutzt, um das eigene Leben und das Miteinander in Ordnung zu bringen – für ein Leben in Harmonie.

Resilienz hilft Ihnen, auch unter Stress und in Krisenzeiten Ressourcen und Fähigkeiten zu aktivieren, die als Schlüssel für mehr Energie, Lebensfreude und innere Stärke dienen.

Die Kombination von **Aloha Spirit, Ho'oponopono und Resilienz** ist ein Schlüssel zu Ausgeglichenheit, Gesundheit und innerem Frieden. Sie lernen, die Weisheit Ihrer Seele wieder zu hören und ihr zu folgen, zu Ihrer ureigenen Kraft zu finden und sie zum Wohle aller einzusetzen. Sie werden aufmerksamer für die vielen Gelegenheiten im Alltag, mehr Liebe und Versöhnlichkeit in die Welt zu bringen – mit Leichtigkeit statt mit Anstrengung.

Was Sie bekommen:

- Fundiertes Wissen über Aloha Spirit, Ho'oponopono und Resilienz – anschaulich und praxisnah vermittelt
- Praktische Übungen, mit denen Sie diese Elemente erfahren und ihre Wirkkraft erleben können
- Anregungen, wie Sie diese Aspekte in Ihren individuellen Alltag integrieren können
- Zeiten für persönlichen Rückzug und Impulse zur Reflexion
- Geführte Meditationen
- Eine Wellness-Anwendung nach Wunsch

Die begrenzte Teilnehmerzahl (maximal acht) in diesem Exklusivangebot bewirkt einen hohen Lern- und Regenerationserfolg. Das Gesamtkonzept ermöglicht Ihnen Austausch und Selbstbesinnung, Anregung und Entspannung. Drei Übernachtungen inkl. Wellness- und Saunanutzung sowie Vollverpflegung – angelehnt an die ayurvedische Küche. Weitere Wellness-Anwendungen können zusätzlich gebucht werden – www.rondo-spa.de

Seminardauer: 4 Tage – Verlängerungstage sind möglich (Kosten und Termine siehe Einleger)

Teilnehmerzahl: max. 8



Resilienz
Zentrum

Durch das Seminar führt:
Monika Gruhl



Resilienz-Trainingszentrum
im **Rondo Seminarhaus**
Große Straße 30, 49459 Lembruch
Telefon: 0 54 47/16 38
info@resilienzzenrum.de
www.resilienzzenrum.de



Resilienz
Zentrum