

Initiatorisches MännerRetreat in Portugal, 02. - 09. September 2021

Initiatorisches Männer-Retreat 2021

Goladinha, Portugal

2. – 9. September 2021

**Freude, Frieden und Glück sind
nur im gegenwärtigen Augenblick erlebbar.**

**Rückzug aus dem all-Tag >>> Einkehr in den Augenblick
der Achtsamkeit**

Im **MännerRetreat** kannst Du mal völlig abschalten und Dir neue Perspektiven erschließen.

Du begegnest Männern unterschiedlichen Alters und verschiedener Lebens-
erfahrung und in der Verbundenheit der Männergruppe, dem „Stamm auf Zeit“,
verlässt Du den Alltag um in die Gegenwärtigkeit des Lebens einzutauchen.

Dabei helfen:

Meditationen in Stille oder geführt.

Geführte Trancereisen um über innere Bilder Kontakt herzustellen zu
verborgenen Aspekten des Lebens und Deiner Selbst.

Kreativität und **Spontaneität** beim Denken, Sprechen und Gestalten. Anspruchslos
und spielerisch malen, zeichnen oder mit Naturmaterialien Skulpturen schaffen um
innere Bilder sichtbar zu machen.

In intuitiv kreierten **Ritualen** heilende Räume schaffen.

Beim gemeinsamen **Trommeln** mit den Rhythmen des Lebens eins werden.

Bei einer **Nachtwanderung** und dem Übernachten in der wilden Serra do Espinhal
Deinen Ängsten begegnen.

Klangschalen-Healing-Session mit dem portugiesischem Schamanen Joao Viola

Beim **Feuerlauf**)* alte Glaubenssätze transformieren
In der **Schwitzhütte**)* Körper, Seele und Geist zu reinigen

)* kann aufgrund der sommerlichen Trockenheit und Brandgefahr nur durchgeführt werden,
wenn wir in dieser Zeit einen Regentag haben.

Walter Friedl-Grünecker, Lugar Goladinha, 3260-222 Campelo, Portugal
www.maennerinitiation.eu – walter@goladinha.eu – 0049 9092 232033
Threema – Signal - Whatsapp 0049 157 7 157 07 14

Initiatorisches MännerRetreat in Portugal, 02. - 09. September 2021

Deinen **Körper** im intensiven Kontakt mit den Elementen bewusst wahrzunehmen.

In **Redestockrunden** ungeteilte Aufmerksamkeit und Urteilslosigkeit erfahren.

Gruppendynamik

Die Zusammensetzung einer Männergruppe ist kein Zufall.

In den Redestockrunden tauchen schnell gemeinsame Themen auf, die wir definieren und aufgreifen um sie mit und in der Gruppe zu entwickeln und zu durchleben.

Wenn Du Dein inneres Potential aufspüren möchtest um es im Kreis der Männer in Kraft und Gelassenheit zu transformieren, dann bist Du im Retreat richtig.

Leitung - Walter Friedl-Grünecker

Langjährig in der Leitung der Seminarreihe „Der Weg der Männer“

Aufbau und Leitung des Seminarhauses „Der Knaubenhof“

Baubiologe und Gebäuderestaurator aus Leidenschaft

Privat mit Freude Ehemann, Vater, Großvater, Freund

Retreatbeginn - Donnerstag, 02. September um 17.00 Uhr

Ende - Donnerstag, 09. September um 15.00 Uhr

Gesamtkosten - 590.- € ,

530.- € für „Alte Männer“ (Männer die an der Seminarreihe „Weg der Männer“ schon einmal teilgenommen haben)

und für Männer, die das Retreat nicht das erste mal besuchen

Im Preis enthalten:

Seminargebühr und Unterkunft im Haus, Bauwagen oder Wohnwagen

Verpflegung (wir verpflegen uns selbst mit veganer/vegetarischer Vitalkost)

und **Unterlagen, Materialien**

Frühere Anreise und/oder spätere Abreise ist gerne möglich.

Die Übernachtung (bei Selbstverpflegung mit von uns gestellten Lebensmitteln)

kostet 30.- €. Auch eine Liebste, ein Liebster kann nach dem Retreat noch zum

gemeinsamen Urlaubmachen dazukommen und ab dem 10.9. gibt es die

Möglichkeit des „Kurlaubes“ mit therapeutischen oder wohltuenden Wellness

Anwendungen. (bei Interesse Info über www.knaubenhofpraxis.de)

An- und Abreise

An- und Abreise organisiert jeder Teilnehmer für sich, auf eigene Kosten und in eigener Verantwortung.

Gerne bin ich mit Tipps dabei behilflich.

Anmeldung per Email – walter@goladinha.eu

Walter Friedl-Grünecker, Lugar Goladinha, 3260-222 Campelo, Portugal
www.maennerinitiation.eu – walter@goladinha.eu – 0049 9092 232033

Threema – Signal - Whatsapp 0049 157 7 157 07 14