

# Der Weg bewusst zu lieben

## Bewusste Achtsamkeit in der sexuellen Begegnung

An diesem Wochenende nehmen Sie sich als Paar Zeit für sich und genießen die Auszeit unter Gleichgesinnten in einer wunderbaren Location. Sie erhalten einen kleinen Einblick, wie sich eine bewusst achtsame Sexualität von konditioniertem Sex unterscheidet, wie Sie absichtslose entspannende Begegnungen, jenseits von ziel- & leistungsorientierten Konditionierungen erleben können und wie Sie somit Ihr ganz persönliches Liebesfeld in Ihrer Partnerschaft immer wieder von Neuem beleben können. Themen die z.B. durch unterschiedliches Lustempfinden entstehen, lösen sich mit der Zeit gänzlich auf, tiefe Verbundenheit und Erfüllung dürfen entstehen. Sie haben am Nachmittag ausreichend Zeit zum Entspannen und zum Ausprobieren der besprochenen Schlüssel der Liebe.

### Inhalte

- Bewegte Meditation
- Wahrnehmungs-Übung in der Natur
- Achtsame Begegnung versus konditioniertem Sex
- Das Geheimnis der „Schlüssel der Liebe“
- Das männliche & weibliche Prinzip in der Sexualität
- Tipps für die Umsetzung
- Austausch- & Reflexionsmöglichkeit
- Buchtipps am Büchertisch



**Mitbringen:** Sitzkissen, Decke, bequeme Kleidung für drinnen und draußen, wenn vorhanden gemeinsames Paarsymbol.

### Termin 1

Do, 30. Mai 2019, 15:00 Uhr bis  
Sa, 01. Juni 2019, 15:00 Uhr

### Termin 2

Fr, 27. September 2019, 15:00 Uhr bis  
So, 29. September 2019, 15:00 Uhr

**Ort:** Seminarhaus Waldhof, Waldhäuser 22, 4184 Helfenberg, [www.seminarhaus-waldhof.at](http://www.seminarhaus-waldhof.at)

**ReferentInnen:** Anita und Fritz Putscher sind seit 18 Jahren ein Paar und beschäftigen sich seit ca. 11 Jahren als LebensberaterIn, Coach und Trainer intensiv mit dem Thema Bewusste Achtsamkeit in der Sexualität. Nach ihrer Aus- & Weiterbildung in der Schweiz sowie in Deutschland bieten sie seit 3 Jahren in Österreich Seminare und regelmäßige Paarabende sowie Einzelberatungen an.

**Seminarkosten:** € 290,00 pro Person zuzüglich Unterkunft und Verpflegung im Seminarhaus Waldhof

**Übernachtung:** € 300,00 pro Person und Wochenende inkl. Vollpension

**Ermäßigungen:** Siehe Rückseite Bildungsprogramm

**Anmeldung:** [beziehungleben@dioezese-linz.at](mailto:beziehungleben@dioezese-linz.at), 0732 7610 3511

Maximal 8 Paare

**GUTSCHEIN**