

Winterthur Live with Awareness, Courage and Love Meetup

„Live with Awareness, Courage and Love“ stellt einen Begegnungsraum zur Verfügung, mit dem Ziel, Mitmenschlichkeit zu fördern und soziale Verbindungen zu stärken. Bewusstheit, Mut und Liebe sind Verhaltensfertigkeiten, die in FAP (Functional Analytic Psychotherapy), einer psychotherapeutischen Richtung, begründet von Mavis Tsai, gezielt geübt werden, um die Qualität von Beziehungen (zu sich selbst, zu Partnern, Verwandten, Freunden, Klienten, Nachbarn und Unbekannten) zu verbessern. Auch wenn die Prinzipien und Übungen aus FAP abgeleitet sind, ist dies keine therapeutische Gruppe, sondern ein Raum für menschliche Begegnung und gemeinsames Üben.

In Ihrem TED-Talk "Extraordinary Interactions" beschreibt Mavis Tsai die Grundidee von "Live with Awareness, Courage, Love". <https://www.youtube.com/watch?v=B9kg1UdzDvw>

Kommt alleine oder bringt jemand mit! Wir werden mittels einstimmendem Video, Meditation und Schreibübung persönlichen Fragen nachgehen und uns darüber in einem sicheren und strukturierten Rahmen austauschen.

Bitte um frühzeitige Anmeldung an herbertassaloni@bluewin.ch, Tel. 078 878 44 83.

Die Anzahl der Plätze sind begrenzt.

Ort: Praxis zum beherzten Leben, Lindstrasse 39, 8400 Winterthur
Datum/Zeit: **Sonntag, 18. Februar 2018, 17:00 – 19:15 Uhr**
Unkostenbeitrag: **SFr. 20.-**
Gastgeber: Herbert Assaloni herbertassaloni@bluewin.ch (Bildungswerkstatt ACT)

