

# Entdecke deine präsente Männerkraft deine bewusste Weiblichkeit

**in Begegnung, in Kontakt, im Ausdruck, in Bewegung  
authentisch und individuell gelebt**

Kreativ, lebendig und mit Freude kannst Du Deine Männlichkeit und Deine Weiblichkeit erfahren und erleben. Was ist Dein Verständnis von Frausein und von Mannsein? Was ist Dein Verständnis von Begegnung zwischen Mann und Frau?



In diesem Seminar eröffnen sich Dir neue Wahrnehmungsräume und Erfahrungen des authentischen Mann-SEIN, des authentischen Frau-SEIN, und wie es sich anfühlt in dieser Kraft und Präsenz einander neu zu erleben.

Gemeinsam erarbeiten wir Deine Qualitäten als Mann und als Frau und verleihen ihnen bewusster Ausdruck über den Körper, in der stillen Kreativität und im Da-SEIN!

Wir machen Schluss mit überholten Rollenverständnissen und führen Dich zurück zum Ursprung. Zurück zu dem was wahrhaftig und natürlich ist.

Wir machen Schluss mit Erwartungshaltung an die Frau, an den Mann und begegnen uns in Absichtslosigkeit.

In der Begegnung von Mann und Frau, hat sich im Kollektiv auch viel gegenseitige Verletzung, Wut und Enttäuschung angesammelt. Als Gruppe und als Individuum schauen wir diese Thematik an, ohne in Vorwürfe abzurutschen, sondern begegnen einander mit Verständnis, Gefühl und Respekt, damit Heilung und Versöhnung in der Geschlechterbeziehung sich entfalten kann.

Ehrlicher Austausch und Begegnung eröffnen Dir ein neues Verständnis Deiner Selbst als Frau, als Mann und als Paar.

Dieses Seminar richtet sich an Paare aber auch an einzelne Frauen und Männer die, sich einlassen wollen, um hinter die sozialen Normen, Konstruktionen und Prägungen zu schauen und sich ganz und natürlich in ihrer Echtheit als Mann, als Frau und als Paar zu erleben und im Alltag sich neu auszurichten. Jedes Geschlecht hat einzigartige Charakteristika als Mann als Frau. Diese Eigenschaften gilt es zu leben und im anderen Wertzuschätzen.

### **Über die Kursleiter:**

Claudia über Andreas Messerli

Andrew ist für mich eine klare, strukturierte und offene Persönlichkeit. Als Frau fällt es mir leicht in seiner Nähe auszusprechen, was bei mir da ist. Seine Freude am Bewusstsein und die Art und Weise wie er diese Freude teilt, inspiriert mich. Seine Lebendigkeit und Neugier weckt in mir den Forschergeist und lädt mich ein Neuem zu begegnen.

Ich empfinde tiefen Frieden als Frau, wenn ich mit Andrew unterwegs bin. Es ist natürlich, friedlich und frei von Konzepten.



Andreas über Claudia Portmann

Claudia verkörpert das natürliche Sein in einer harmonischen Ausprägung ihrer Anima und ihres Animus. Mit ihrer sehr bewussten Art, führt sie die Menschen in die Verbindung. In die Verbindung wovon? In jegliche Verbindung, in die Verbindung mit Deinem Selbst, Deinen Gefühlen und Emotionen, Deinem Körper, Deiner Seele, Deinem Wesen. Eigentlich in die Verbindung mit dem was einfach gerade da ist und sich zeigt und somit da sein darf, ohne Urteil, ohne es anders haben zu wollen. Ausdruck in Liebe getragen.

Details zum Seminar:

Samstag / Sonntag 30. März 9:30 bis 17:00 Uhr und 31. März 9:30 bis 16:00 Uhr

Kursort: Bern

Kurskosten 390.- für Einzelpersonen oder 360.- für Paare je Person

Anmeldung: [www.andreamesserli.com/fraumann](http://www.andreamesserli.com/fraumann)

Mindestens 10 maximal 20 Teilnehmende. Es gilt das Datum der Anmeldung.

Mitbringen: Warme Socken oder Hausschuhe, bequeme Kleidung, A3 Zeichenblock und Malstifte oder Neocolor