



MIESTEN SAUNA

LUOTTAVA SOTURI -RETRIITTI 12.-13.3. NUUKSIOSSA

Kokoonnumme jälleen miesten kesken ja toivotamme kaikki miehet tervetulleiksi! Tämän kerran ja vuoden teemanamme on Luottava Soturi. Retriitillä tutkimme yhdessä, miten olemme ja voimme olla ja elää luottamuksessa huolimatta siitä, että emme tiedä mitä tulevaisuus on tuomassa. Kaunis ja herkkä intuitiomme on lopulta paras ja tosin turvajärjestelmämme - myös miehinä. Miten tuoda tämä ääni nykyiseen aikaamme ja helpottaa dualismin ja epä tietoisuuden aiheuttamaa ahdistusta tai jopa paniikin tunteita vakaalla ja todella läsnäololla?

Retriitin aikana kuulemme alustuksia ja henkisiä opetuksia aiheesta, teemme kundaliinijooga- ja hengitysharjoituksia, kohtaamisen harjoituksia sekä jaamme elämäämme luottamuksellisessa ja lämpimässä, turvallisessa miehisessä ympäristössä keskustellen ja toisemme kohdaten. Kuljemme ennen kaikkea yhdessä miehinä, erilaisina, ainutlaatuisina, tärkeinä ja arvokkaina. Mitään ennakkotietoa tai kokemusta ei tarvitse olla. Tule sellaisena kuin olet.

Retriitin ohjaa Charanpal Singh (Tommi Kujala), joka on Kundaliinijoogaopettaja ja -opettajakouluttaja (КРИ), Enneagrammiohjaaja (ΕΙΦ), Integraalipsykologian fasilitaattori (ΕWP), Karam Kriya -valmentaja ja kauppatieteiden maisteri. Hän on henkisen koulun Kehto Koulun toinen perustaja ja pääopettaja, viisaan henkisen naisen kumppani ja kahden upean pojan bonusisä. Charanpal on vetänyt miesten retriittejä liki kymmenenä vuonna ja hänen johdollaan harjoitusta on levollista ja antoisaa tehdä itseään kohdaten ja viisaustraditioiden opetuksiin nojaten.

AIKA: lauantai 12.3.2022 kello 10.00 - sunnuntai 13.3.2022 kello 12.00.

PAIKKA: Hotelli Nuukio, Mäkitupa-huvila, Naruportintie 68, 02860 Espoo (Kirkkonummi).

HINTA: 240 euroa (sis. alv), sisältää kaiken opetuksen ja harjoitukset, lauantain lounaan ja päivällisen sekä sunnuntain aamiaisen, lauantai-illan saunan sekä majoituksen (la-su) 2h huoneissa Hotelli Nuukion upeissa puitteissa luonnon keskellä järven rannalla. Sitovat ilmoittautumiset ja lisätiedot 1.3. mennessä: daleep@kehtokoulu.fi.

Lämpimästi tervetuloa!