

# Lioba School voor Vrede

## workshops voor groepen die zelfstandig verblijven

Speciaal voor de groepen die naast het bijwonen van de gebedsvieringen weinig eigen programma hebben, is het mogelijk om een dagdeel door de Lioba School voor Vrede te laten verzorgen. Dit geeft op eigen wijze dynamiek in de groep en verdiept de onderlinge uitwisseling



## Rots & Water

Trek soepele kleding aan en doe je schoenen uit... we gaan lekker fysiek aan de gang. Rots & Water is de naam van een bijzonder trainingsprogramma voor de mentale, fysieke en spirituele krachten die ieder mens bezit.

### Rots en Water

- is een training met een
- psychofysieke werkwijze
- om mensen hun krachtcentrum te laten ervaren en te
- leren van daaruit te communiceren,
- met de ander, met je jezelf en met het eeuwige,
- met een empathische Waterhouding, met een onwrikbare Rots-houding, of een afwisseling van die twee.
  
- Rots staat voor duidelijk, onwrikbaar en krachtig
- Water staat voor empathie, meebewegen en zachte kracht.

We hebben uit deze training een selectie gemaakt voor deze inspirerende workshop. De impact van deze leuke en soms ook confronterende workshop is dat je (her)ontdekt waar je kracht ligt en hoe je die op ieder moment kunt aanspreken.

Wat we uit deze workshop terughoren is dat mensen het verrassend vinden dat ze enerzijds hun eigen basishouding zo goed herkennen en anderzijds hun persoonlijke grenzen verleggen, mentaal en/of fysiek.

### Praktische informatie

Kosten            € 75,- per groep  
Tijd                deze workshop duurt 2,5 uur en wordt gehouden  
                      van 10.00 tot 12.30  
                      of van 14.30 tot 17.00 uur.

vrede  
luisteren  
ontmoeten  
verbondenheid  
vragen  
stilte  
spiritualiteit  
delen  
levenskunst  
heelheid  
inspireren  
mededogen  
eenvoud  
verscheidenheid  
dialogoog  
ontdekken  
interreligieus  
passie  
meervoud  
vriendschap