

Stimmen der Absolvent:innen des Ausbildungszyklus 1A, in Ostholstein DE

Die Alcelsa-Ausbildung schenkt mir eine Einladung in die Leichtigkeit auf allen Ebenen: körperlich, mental und sozial. Ich erfahre freudiges, bewegtes Lernen in der Gruppe und nähere mich der Spiritualität.

Ingrid

Ich lerne mich selbst besser kennen und erfahre eine Tiefe des Gefühls und der Berührung, die ich nie vermutet hätte. Unangenehmes schüttele ich viel schneller ab als früher.

Lisa

Alcelsa schenkt mir ein viel klareres Körperbewusstsein und eine feinere Wahrnehmung von körperlichen und geistigen Qualitäten. In der Gruppe genieße ich den Austausch in ehrlicher Tiefe.

Torsten

Alcelsa schenkt mir Freiheit; ich entwickle mich weiter. Meine Wünsche erfüllen sich, und mein Leben gewinnt an Leichtigkeit. Ich komme in meinem Körper an und ins Vertraue, dadurch erlebe ich mich selbst gelassener in schwierigen Situationen.

Sabine

In der Alcelsa-Ausbildung erlebe ich eine grundlegend neue Art des Lernens in Leichtigkeit und Freude. Es eröffnet sich ein Raum für persönliche Entwicklung, in der ich ausschließlich über die eigene Erfahrung Neues lerne und Erkenntnisse integriere.

Dies geschieht wie von selbst und ohne Anstrengung. Aus jedem Ausbildungswochenende gehe ich erfüllt und gestärkt nach Hause, wo ich den Alltag mehr und mehr auf diese neue Weise wahrnehme.

Siglinde

Den Alcelsa-Raum erlebe ich als tragend und allgegenwärtig, als heilsam und erfüllend; er lässt mich frei, beschenkt mich mit Freude und erschließt tiefere Ebenen in mir. Ich fühle mich in meinem Leben geliebt, behütet und beschützt. Alcelsa eröffnet mir ein tieferes Verständnis in zwischenmenschlichen Lebenssituationen und ein tieferes Erleben in Begegnungen mit Menschen. Ich bin losgelöst(er) in meinem Alltag und erlebe ein besseres Körperbewusstsein.

Beata

Durch Alcelsa verfeinert sich meine Körperwahrnehmung, Dank der Übungen wird mein Körper beweglicher und meine Körperhaltung verändert sich.

Yves

Quelle: silkeschulze-gattermann.de/lebensglueck/alcelsa-ausbildung/