

## **Nieuwsbrief van Groeien in Verbinding (25 augustus 2008)**

Het leven staat nooit stil, noch in onze beleving van tantra, noch in ons eigen relatie.

Kees heeft in Ierland het tweede deel van een 'teachers'- tantradrieluik voor gevorderden bijgewoond. Stond de eerste keer (in Californië) seksualiteit en de eerste twee chakra's centraal, dit keer ging het om het 'hart' (later dit jaar staan in India de 'spiritualiteit' en de hoogste chakra's centraal). Ook heeft hij in Ierland als '*teacher*' meegewerkt aan de tantraworkshop ['Be Fully Alive'](#).

Zijn belangrijkste les: blijf ook in minder comfortabele situaties altijd in je hart. Dan gaat alles goed.

Sandra heeft de opleiding "Kunstzinnig werken met drama, dans en beweging" afgerond. De eerste vruchten hiervan zijn te ervaren op het Lorelei-festival. Hiernaast is Sandra bezig met de afronding van de tantrika-opleiding. Ze gaat hiervoor in september op retraite.

Het is nu ook mogelijk om naast tantrische massages ook tantra-sessies te ervaren. In de sessie wordt gewerkt met tantra-yoga, massage en meditatie. De verhouding is afhankelijk van jouw wensen en wat er nodig is.

### **Lorelei festival**

Op het komende [Lorelei-festival](#) geeft Sandra twee **vrouwenworkshops**:

#### **Op zaterdag 30 augustus om 20:00 uur: Kali en QuanYin - de hoer en de Madonna**

Altijd al willen weten hoe het is om een wilde vrouw, een Kali, een hoer, te zijn? Om je helemaal te laten gaan? Om je seksualiteit helemaal te laten zien? En dat stemmetje dat zegt 'dat is niet netjes, dit hoort niet' niet meer te horen? Om ontvankelijk te zijn, vol liefde, zoals QuanYin of de Madonna? Als je deze twee tegenpolen in jezelf ontdekt en ontwikkelt, kom je bij je echte vrouwenkracht. Je power! Met dans, yoga en meditatie gaan we ontdekken waar deze polen in je lijf zitten. En wat voor oordelen je hier zelf over hebt. En gaan we de vrouwenkracht vieren!

#### **Zondag 31 augustus om 14:00 uur: Skin Food**

Onze huid is de fysieke grens naar anderen toe. En de bescherming van onszelf. Door met de huid en aanraking te spelen word je je weer bewust van je eigen grenzen. Hierdoor kun je jezelf beter gaan voelen, is het gemakkelijker om te weten waar jij ophoudt en waar een ander begint. En dat is heel essentieel in relatie tot anderen, het bewustzijn van je eigenheid. Door allerlei soorten

aanrakingen, massage, dans en spel word je uitgenodigd om die grens elke keer opnieuw te ervaren en te evalueren. En bepaal jij zelf elke keer weer je eigen grenzen.

### **Tantraworkshop 'Intimiteit in verbinding'**

In april hebben we in centrum Djoj in Rotterdam weer een tweedaagse tantraworkshop '**Intimiteit in verbinding**' gegeven. Met veel succes. Zie voor enkele reacties op onze [website](#).

Voor een nog diepere werking wordt deze workshop dit najaar gegeven in één weekend, van vrijdagavond tot zondagavond. De locatie wordt [Praktijk 't Lichtpuntje](#), te Heerde (dit is tussen Roosendaal en Bergen op Zoom), een rustig, in het buitengebied gelegen plek, waardoor je je echt even helemaal in een andere wereld waant.

**De data? Vrijdag 10 t/m zondag 12 oktober.** We beginnen vrijdag stipt om 20.30 uur. Aankomen kan vanaf 19.00 uur. Zondag sluiten we uiterlijk af om 18.00 uur (streeftijd is 17.00 uur).

**De prijs? €290**, en dat is inclusief koffie, thee, maaltijden en overnachtingen.

### **Tantraworkshop 'Intimiteit in verbindende liefde'**

Het lang verwachte vervolg op '**Intimiteit in verbinding**' heeft vorm gekregen en heeft de voorlopige titel '**Intimiteit in verbindende liefde**' gekregen. Deze tantraworkshop houden we in **november (vrijdag 21 t/m zondag 23)** en ook hiervoor is de locatie [Praktijk 't Lichtpuntje](#).

Om deze workshop te kunnen volgen, moet je eerst onze workshop '**Intimiteit in verbinding**' hebben gedaan. We gaan in deze nieuwe workshop verder met het ervaren hoe het is om in verbinding intimiteit aan te gaan: met jezelf, je partner, maar ook met anderen.

Centraal in de workshop **Intimiteit in verbindende liefde** staan meditaties, oefeningen en rituelen die je verder kunnen brengen in de liefde: de liefde voor jezelf én voor de ander. Ook van deze workshop is de tantrische massage -het moment waarop overgave moet worden aangegaan aan de intimiteit, aan de verbinding, én aan de liefde- een belangrijk onderdeel.

De prijs? **€290**, en dat is inclusief koffie, thee, maaltijden en overnachtingen.

### **En verder...**

Speciaal voor mensen met relatieproblemen heeft Kees een [liefdesritueel](#)

ontwikkeld. Middels meditaties en oefeningen proberen wij de verstoorde band tussen twee of meerdere (max. vier) mensen weer goed te krijgen. Dit **liefdesritueel** is alleen bedoeld voor mensen die zelf de wens hebben dat het weer goed komt.

In onze laatste nieuwsbrief schreven we al benieuwd te zijn naar jullie wensen. Dat blijven we. Wat zouden jullie willen leren? Waar en elke dagen hebben jullie voorkeur. Heb je een gerichte vraag, ook dan bekijken we wat de mogelijkheden zijn. Zelfs privé-workshops of lessen in kleine groepjes zijn mogelijk.

Tot onze volgende nieuwsbrief.

Met tantrische groet,

Kees & Sandra

Je krijgt deze (onregelmatig verschijnende) nieuwsbrief omdat je ooit informatie bij ons hebt aangevraagd over onze tantrische activiteiten. Mocht je deze nieuwsbrief niet meer willen ontvangen, stuur dan een mailtje aan: [unsubscribe@groeieninverbinding.nl](mailto:unsubscribe@groeieninverbinding.nl).