



Mit der Kraft der Natur

Das Stift Gurk inmitten seiner schönen Natur ist Schauplatz für ein „Poetry & Qigong Retreat“ Ende Mai. Dieser Workshop ist - von der Führungskraft bis zum Lehrling - für alle gedacht, die sich mit ihrer kreativen Schaffenskraft (wieder)verbinden möchten.

Katja Pagitz

Christina Merl ist Gründerin des Vereins „Poetry in Business“, der Zukunftskompetenzen wie Kommunikationsfähigkeit, Reflexionsfähigkeit, Kreativität und Empathie fördert. Poetry & Qigong ist ein Spezialformat, mit dem die Zielgruppe seit über zwei Jahren dahingehend unterstützt wird, Fokus und Resilienz zu üben, aber auch Freude an der eigenen Schaffenskraft und Kreativität (wieder)zu entdecken. „Viele von uns sind so sehr im Alltagsgeschehen verhaftet, dass wir keine Zeit finden, um innezuhalten und Kraft zu tanken. Das ist aber gerade jetzt sehr wichtig.“

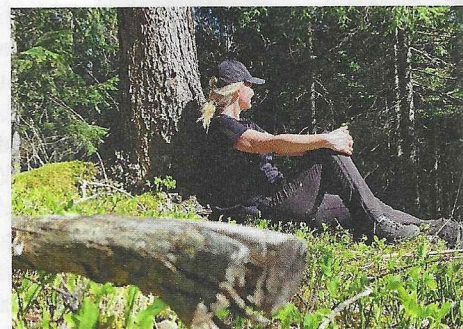
WAS IST POETRY & QIGONG NUN GENAU?

„Poetry & Qigong richtet sich an Menschen - von der Führungskraft über Angestellte bis zu Lehrlingen,

aber auch Lehrer und Studierende aus allen Branchen -, die sich mit ihrer eigenen Kreativkraft verbinden, ihre Stärken neu entdecken und ihre eigenen Ressourcen sowie die Ressourcen der Natur aktiv nutzen möchten“, erklärt Merl das Konzept. „Wir verbinden in unseren Workshops Energieübungen des Qigong mit künstlerischen Impulsen aus Literatur, Poesie oder Musik.“ Sie ergänzt: „Wichtig: Wir ersetzen keine Therapie, auch keine Psychotherapie, das ist nicht Ziel dieses Retreats.“

GURK - INMITTEN DER NATUR

Warum die Entscheidung auf das Stift Gurk fiel, ist einleuchtend: „Weil wir die bauliche Umgebung so wunderbar finden. Es ist ein wunderbarer Ort inmitten der Natur, wir nutzen die Räumlichkeiten des Stifts und auch den Garten.



Raus aus dem täglichen Hamsterrad: Innehalten und Kraft tanken im Stift Gurk

Ende Mai ist die Natur prachttvoll“, freut sich Merl jetzt schon auf interessante Tage.

INFORMATION

Poesie und Qigong Retreat
Stift Gurk
20. bis 22. Mai
Nähere Informationen unter www.lab21.cc/auszeit