

Intensivseminar Braunschweig 08 - 12 Juni 22

Beginn Mi 10 Uhr
Ende So 13 Uhr
Seminargebühren 490€/250€ erm.
Hotel Aquarius Riddagshausen

Anmeldung und Information

Anke Krause
Mail anke.krause@live.de
Tel 0171-7459099

SelbstEntwicklung
Therapeutic Touch
Energietraining



Dance your Life



Die Heilkraft des Gestaltens



Dance your Life

Die Heilkraft des Gestaltens

Gestalten – ist das Formen eines sinnvollen Ganzen. Etwas bekommt Sinn und Struktur, ein Bild, ein Gedicht, ein Tag, ein Raum, ein Garten, eine Beziehung, ein Leben.

Wir gestalten aus dem Inneren unseres Selbst in unsere Umwelt hinein. Was für die anderen sichtbar und erfahrbar ist, welche Gestalt wir bzw. unser Leben nach außen annehmen, ist uns selbst oft nicht so bewusst.

Um unser Leben zu gestalten, wie wir in jedem Moment sind, dazu brauchen wir einen direkten Zugang zu unseren Gefühlen, Gedanken, körperlichen Empfindungen, unseren Verhaltensweisen und unserer Verbundenheit mit allem.

Dann können wir mit Lust und Spaß aus dem Vollen schöpfen, um im Hier und Jetzt immer wieder aufs Neue die Grenze zwischen uns und unserer Umwelt im Kontakt mit unserem Selbst zu überwinden.

Ganz gleich, ob wir ein Bild malen oder unserer Leben gestalten, diese kreative Kraft ist ein Teil unserer Persönlichkeit, unseres Selbst.

In allen uralten Traditionen wurden Kunst, Poesie, Formgebung, Körperhaltungen (Gestalt annehmen) und das Gestalten von Plätzen, Raum und Zeit - Zeremonie - zur Heilung eingesetzt.

In diesem Seminar wollen wir mit vielen gestalterischen Übungen unsere innere Erlebniswelt im Außen sichtbar machen.

Wir werden 5 Tage lang draußen in und mit der Natur sein und mit

- Körperübungen und -zeremonien, Behandlungen (Therapeutic Touch und Energietraining) an unserem Platz im Wald

unsere innere Erlebniswelt aktivieren und in den Fluss bringen, um sie mit

- Malen, Poesie, Tanzen, der Gestaltung deines Platzes

ins Leben zu improvisieren und unser kreatives, schöpferisches Potential zu entfalten.



Seminarleitung
Sabine Dietrich
Leiterin ISTTE