



Sonderseminar 2010

intuitives Malen des eigenen lebensgroßen Körperbildes

ANAMCARA

ATELIER

A/2010 Sonderseminar – Körperbild: Körperwahrnehmung mittels Schamanischer Reise mit Bodo Fischer (Schamane)

Nach einer Einführung zum Ablauf des Seminars, spüren wir mittels der **Schamanischen Reise**, die von Bodo Fischer geleitet wird, in unseren Körper hinein. Wir können dabei unsere jetzigen Lebensthemen aufdecken, die uns zu den einzelnen repräsentativen Körperbereichen führen. Mit Hilfe des intuitiven Gestaltens setzen wir das Erlebte mit Farbe und Form in einem lebensgroßen Körperbild um. Während des Gestaltungsprozesses können wir Erkenntnisse vertiefen, eventuell umformulieren und neue Zugänge zu unserem Thema

finden. In der gemeinsamen Bildbetrachtung lernen wir andere Sichtweisen kennen, die zur Auflösung von Blockaden beitragen können.

Ziel des Seminars ist eine Bewusstmachung des eigenen Körpergefühls, welches uns oft Signale in Konfliktsituationen sendet, die wir gern überhören. Dabei erweitern wir unsere Körpersinne, um besser in uns hineinhören zu können. Das intuitive Malen des bei der Schamanischen Reise Erlebten, öffnet uns eine neue Möglichkeit uns auszudrücken, vor allen Dingen dort, wo uns die Worte fehlen.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, die einzigen Voraussetzungen sind Neugierde, Offenheit und Spaß mit Formen und Farben zu arbeiten.

Folgendes bitte mitbringen: eine warme Decke, Schreibmaterial, Verpflegung, für das Malen: Kleider, die schmutzig werden dürfen; Gummihandschuhe; Küchenrolle

Termine: 30. Januar oder 20. Februar 2010, jeweils ab 9 Uhr bis ca. 18 Uhr

Veranstaltungsort: Atelier AnamCara, Adresse s. u.

**Die Kursgebühr beträgt pro Teilnehmer 120 Euro zuzügl. 5–10 Euro
Materialkosten für das Malen..**

**Anmeldung siehe untenstehende Adresse oder per E-Mail mit dem Kennwort
„Seminar-Körperbild A/2010 mit Bodo Fischer“**



Sonderseminar 2010

intuitives Malen des eigenen lebensgroßen Körperbildes

ANAMCARA

ATELIER

B/2010 Sonderseminar – Körperbild:

Nach einer Einführung zum Seminar, erspüren wir durch Körperübungen und kontemplative Betrachtung unseren Körper. Eine geführte Meditation in unseren Körper hilft uns bei der Imagination von Bildern, die wir mit unseren Gefühlen verbinden und den Organen und Körperteilen zuordnen. Im malerischen Gestaltungsprozess setzen wir das Erlebte in Körperbilder um. Wir können dabei unsere jetzigen Lebensthemen aufdecken, die in Verbindung zu den repräsentativen Körperbereichen stehen. Während des Gestaltungsprozesses können wir neue Erkenntnisse gewinnen, eventuell umformulieren und neue Zugänge zu unserem Thema finden. Spezielle Fragestellung bei der Betrachtung der Bilder, ermöglicht uns tiefer in die eigenen Themen einzusteigen, welche wir in anderen Bildern umsetzen werden.

Die gemeinsamen Bildbetrachtung dient zur Erweiterung unserer Sichtweisen, was zur Auflösung von Blockaden beitragen kann.

Ziel des Seminars ist eine Bewusstmachung des eigenen Körpergefühls, welches uns oft Signale in Konfliktsituationen sendet, die wir gern überhören. Dabei erweitern wir unsere Körper Sinne, um besser in uns hineinhören zu können. Das intuitive Malen des Erlebten, öffnet eine neue Möglichkeit uns auszudrücken, vor allen Dingen dort, wo uns die Worte fehlen.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, die einzigen Voraussetzungen sind Neugierde, Offenheit und Spaß mit Formen und Farben zu arbeiten.

Folgendes bitte mitbringen: eine warme Decke; Kleider, die schmutzig werden dürfen; Gummihandschuhe; Küchenrolle

Termine: 13. Februar oder 20. März 2010, jeweils ab 10 Uhr bis ca. 17 Uhr

Veranstaltungsort: Atelier AnamCara, Adresse s. u.

Die Kursgebühr beträgt pro Teilnehmer 80 Euro zuzügl. 5–10 Euro Materialkosten für das Malen..

Anmeldung siehe untenstehende Adresse oder per E-Mail mit dem Kennwort „Seminar-Körperbild B/2010“