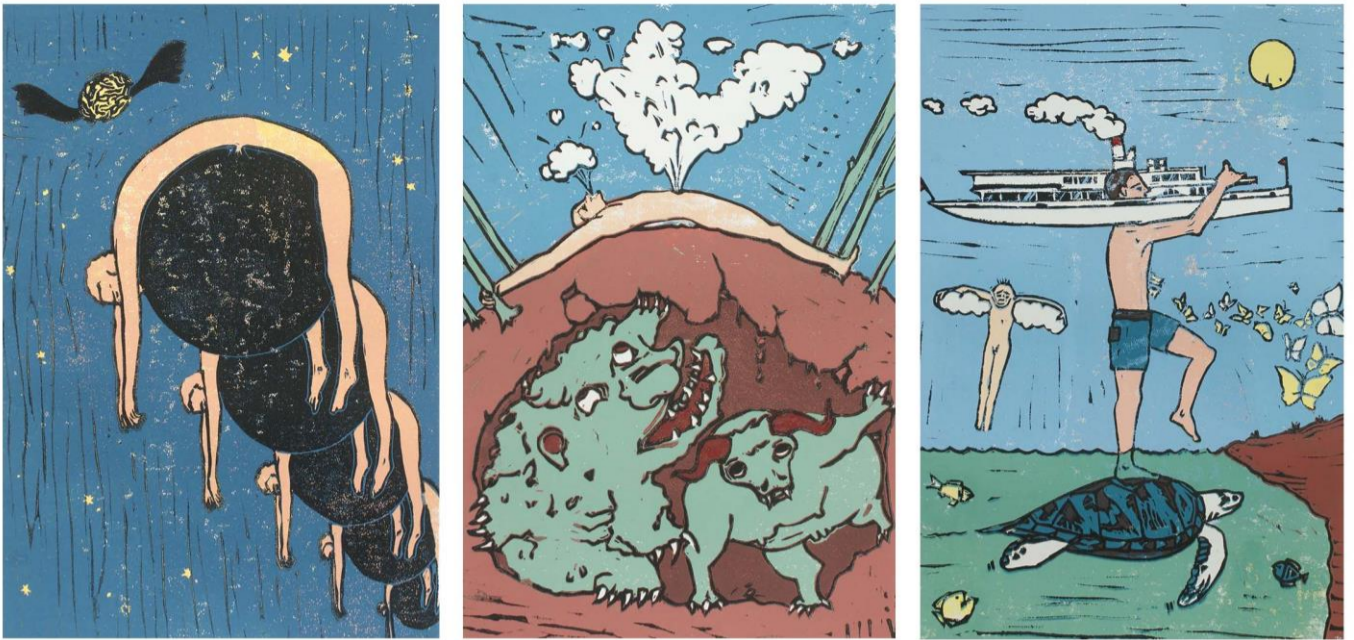


Stagnation - Revolte - Neuland

Ein kreatives Intensiv-Seminar, das die Befreiung drängender Lebensentwürfe auf drei Ebenen herausfordert



Die drei Ebenen beeinflussen sich gegenseitig und bilden eine neue Synthese

Ebene der Kreativität

Aus dem inneren Wesenskern und dem Unbewussten steigt oft in symbolischer Form, der tiefere Lebensweg auf. Ebenso wie in der psychosomatischen Arbeit sich Ihre aktuellen Themen zeigen werden. Wichtige Teile aus diesem Persönlichkeits-Material werden wir kreativ in dreidimensionale Figuren aus Ton oder Papier übersetzen.

Für die technische Umsetzung benötigen Sie keine handwerklichen oder künstlerischen Voraussetzungen und ich werde Sie dabei unterstützend begleiten. Es wird viel Raum geben, um zu erkunden, experimentieren und spielen. Dadurch können wir uns allmählich von fixen Ideen, Absichten und Wertungen (richtig/falsch, schön/hässlich, gut/schlecht) lösen.

Das langsame Formen und Wachsen, die Möglichkeit die entstehende Skulptur von allen Seiten zu betrachten, fördert die Resonanz und Bindung zum eigenen Lebensweg. Dies gelingt, wenn wir während dem Arbeiten aufmerksam und fokussiert bei unserem eigenen Thema bleiben. Wir lassen uns ganz auf das ein, was in unser Bewusstsein drängt.

Ich verstehe mich als Brückenbauer zwischen Ihren emotionalen, körperlichen und geistigen Erkenntnissen und der Ausgestaltung einer konkreten Form. Die kreative "Handlung" stärkt den Mut und die Zuversicht, drängende Lebensentwürfe anzuerkennen und deren Wichtigkeit zu "begreifen". Dadurch wird der nächste Schritt fassbar, der in Ihrem Leben umgesetzt werden will. Die Kraft zu handeln wird gestärkt und verankert.

Ebene der psychosomatisch-orientierten Arbeit mit Beziehungsfeldern

Sie bringt die Kernthematik Ihres Lebensweges rasch auf den Punkt und fördert die Auseinandersetzung zwischen der dominanten Alltagsidentität und dem Rumoren im Hintergrund. Ein Prozess, der sich vielleicht schon länger und auf verschiedenste Weise bemerkbar gemacht hat und nach Veränderung ruft.

Auf der Grundlage der Energetischen Körper-Psychotherapie und dem Integralen Beziehungsstellen werden Ihre Themen, Rollen und Verhaltensmuster in Beziehungen dreidimensional aufgezeigt. Durch die bewusste Wahrnehmung der damit verbundenen Körperreaktionen (psychosomatisch auf 5 Ebenen möglich), wird eine authentische Gegenwartserfahrung vermittelt. Sie ist die Basis, um die therapeutische Arbeit Ihrer Persönlichkeit und dem Thema entsprechend, frei und individuell gestalten zu können.

Spezielle Übungseinheiten werden zusätzlich Ihr Spürbewusstsein unterstützen, das eine zentrale Stellung in der Arbeit einnehmen wird. Dies ermöglicht eine vertiefte Körper- und Energie-wahrnehmung und erweitert das Bewusstsein für neue Perspektiven im Leben. Ebenso für Themen, die sich vorwiegend innerhalb der eigenen Person abspielen.

Ebene der Atem-, Körper- und Bewegungsarbeit → Tanz der Derwische

Auf dieser Ebene nähern wir uns unserem inneren Kern durch Atem und (Dreh-) Bewegung – zwei sich bedingende Voraussetzungen für unsere Existenz überhaupt. Alles kreist und es gibt kein Wesen, kein Objekt, das sich nicht dreht. Von der Teilchenbewegung über den Blutkreislauf, bis zu den Lebenszyklen, findet unaufhörlich Bewegung und Drehung statt. Der Dreh-Tanz der Derwische als eine dynamische Meditation, vereint durch das Drehen um die eigene Achse, zwei Gegensätze: **Innere Ruhe, die in einem Zustand der äusseren Bewegung gefunden wird.**

Die Meditation der 4 Himmelsrichtungen wird dem Sufi-Tanz vorausgehen. Sie richtet sich nach den vier Himmelsrichtungen, den neun Richtungen des Raumes und den neun Öffnungen unseres Körpers, «als die heiligen Tore zur Welt». Die gemeinsame Ausrichtung **im Aussen, mit der inneren Verbindung zur Herz-Nieren-Achse festigt unser persönliches Zentrum, das zum Ausgangspunkt wird für den Weg, das zu werden, wozu wir bestimmt sind.**

Ein weiteres vorbereitendes Element ist die Atem-Meditation der Quantum Light Breath®. Sie bringt körperliche Empfindungen, Emotionen und Denkmuster, die noch im Untergrund wirken zum Vorschein. Indem sie diese alten Programme und Blockaden, die noch unbewusst verankert sind, lockert und über den Atem frei macht, unterstützt sie den persönlichen Wachstumsprozess. Quantum Light Breath® ist ein im Sitzen durchgeführter und mit Musik unterlegter Atemprozess, der auf der Vipassana-Grundlage entwickelt wurde.

Leitungstrio:

Peter Bachmann: Osteopath, Bildhauer, bachmannfisio@bluewin.ch

Mario Spiz: Körper-Psychotherapeut, Supervisor, info@mariospiz.ch

Ursula Weber: Shiatsu- und Körpertherapeutin, zoku@gmx.ch

Daten und Zeiten:

Montag 2. Mai. – Freitag 6. Mai.2022

Kurs- & Materialkosten:

CHF 945.-

Material CHF 70.- pro TeilnehmerIn

Kost und Logis:

CHF 120.- bis 165.- pro Tag (detaillierte Informationen bei Seminarhotel Stelserhof in 7226 Stels, Kurs angeben, www.stelserhof.ch)

TeilnehmerInnen-Zahl:

Achtung! Frühzeitig buchen, TN-Zahl auf 12 Personen beschränkt

Bei speziellen Fragen:

Mario Spiz 079-706 52 36 oder Peter Bachmann 079-668 30 39

Kreatives Arbeiten mit Ton und Papier

Peter Bachmann

www.bildhauer-bachmann.ch



Psychosomatisch orientierte Arbeit mit Beziehungsfeldern

Mario Spiz

www.mariospiz.ch



Atem-, Körper- und Bewegungsarbeit

Ursula Weber

www.kunlun.ch



Möglichkeiten zur Anmeldung:

1. Mail an info@mariospiz.ch

2. Anmeldetalon ausfüllen, abtrennen und einsenden an:

Mario Spiz, Zentrum für Energetische Körper-Psychotherapie, Affolternstrasse 117, 8050 Zürich

Ich melde mich verbindlich für das Intensiv-Seminar «Stagnation – Revolte – Neuland» vom 2. Mai 2022 – 6. Mai 2022 an:

Name/Vorname: _____

PLZ/Wohnort: _____

Strasse/Nr.: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Ich nehme zur Kenntnis, dass nach Erhalt der Anmeldebestätigung die Anmeldung verbindlich ist und bin mit den AGB (<https://mariospiz.ch/agb/>) einverstanden.

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____