

Samstag, 17. Februar 2024

Bernau (Südschwarzwald), Römerhof

Schwertarbeit Körperarbeit Meditation

Das Schwert als Symbol steht unter anderem für Kraft, für Macht in weltlichen und geistigen Angelegenheiten. Seinem Träger verleiht es Stärke, in Würde für sich einzustehen. In Entschiedenheit geführt schafft es Klarheit außen und innen. Das Schwert ist in seiner Grundqualität des Geraden und Gerichteten dem archetypisch männlichen Symbolkreis zuzuordnen. Im übenden Umgang mit einem Schwert können wir die Qualitäten, die sich im Symbol zeigen, als Seelenqualitäten in uns entwickeln: Klarheit, Entschiedenheit, Standfestigkeit, Abgrenzungsvermögen, Eigenständigkeit, Gelassenheit, geistige Sammlung, Wahrhaftigkeit, Konzentration auf das Wesentliche, Selbstbewusstsein, zu sich zu stehen und bei sich zu bleiben.

In der Meditation geht es darum, sich bewusst in die stille Tiefe der Seele einsinken zu lassen. Es ist eine nach innen gerichtete Form der Körper- und Bewusstseinsarbeit. Sie ist darauf ausgerichtet, Ruhe und Gelassenheit und innere Verbundenheit einzuüben sowie sich auf das Wesentliche in sich einzulassen.

Die Zielrichtung dieser Gruppenveranstaltung ist es, jene Qualität des Wesentlichen in sich spüren zu lernen und über die Kraft zu verfügen, dies auch in der Welt des Alltags beschützen, verkörpern und ausdrücken zu können. Meditation und Schwertarbeit stellen für diese Aufgabe, die letztlich eine Lebensaufgabe für jeden Menschen darstellt, wertvolle Hilfen zur Verfügung. Die bewusste Arbeit an unserem Körper in seiner Ausdrucksfähigkeit von Gestik, Mimik und Bewegung, in seiner Befindlichkeit von Spannung und Entspannung, von Aktivität und Ruhe bereitet das „Fahrzeug“ für jene Reise zum Wesentlichen in uns Menschen.

Mit den Arbeitsweisen Schwertarbeit und Meditation (mit den jeweilig dafür notwendigen Einführungen) und Elementen aus der Körperarbeit machen wir uns an diesem Tag auf den inneren Weg, jede Teilnehmerin, jeder Teilnehmer von dort aus, wo sie bzw. er gerade steht in seinem Leben.

Ort: Atelier Römerhof, Bernau-Riggenbach (Südschwarzwald), Gewinnstraße 2
Zeit: Samstag, 17. Februar 2024, 10 bis 18 Uhr
Teilnehmeranzahl: mind. 6 bis max. 12 Teilnehmer*innen
Seminargebühr: 120 EUR (ggf. Reduktion auf Anfrage)

Leitung: Thomas Schindelin

Auskunft und Anmeldung:

07622/8352, kontakt@thomas-schindelin.de, www.thomas-schindelin.de