



Die Füße geerdet, den Kopf überhimmelt

Ein Seminar rund um die „sieben Energiezentren“

Das Thema

Bauch, Herz, Kopf – in unserem Kulturkreis kennen wir drei Zentren, mit denen wir uns in der Welt orientieren und im Leben agieren. Die alten Inder hatten ein noch differenzierteres Modell: Sie benennen sieben Energiezentren, sieben „Chakren“. Um alle sieben Zentren wird es in diesem Seminar gehen und dabei um die Fragen:

Wie stehen wir „geerdet“ und zugleich „überhimmelt“ im Leben?

Wie entfaltet sich all unsere sinnliche, emotionale, schöpferische, geistige, und intuitive Kraft?

Wie gelangen wir in freudige, liebende Verbindung mit unseren Mitmenschen und ebenso mit Tieren, Pflanzen, ja dem ganzen Kosmos?

Das Vorhaben

Das Seminar versteht sich weniger als Lehrveranstaltung, denn als gemeinsames „Forschungsprojekt“. Über Lektüre, Gespräche, Beschäftigung mit Pflanzen, Aufenthalt in der Natur, Yoga-Übungen, Betrachtung von Bildern, Meditation in der Stille, vielleicht auch Tanzen u.a. versuchen wir ein Empfinden für das jeweilige Energiezentrum zu bekommen. Dabei spielen auch gemeinsames Kochen und Essen eine wichtige Rolle.

Wir bieten eine Plattform der vertrauensvollen Zusammenarbeit und des wechselseitigen Verstehens an. Die Teilnehmer können daraus schöpfen, und Impulse für ihre eigene Lebensauffassung entwickeln. Sie sind eingeladen, eigene Ansichten zur Geltung zu bringen. Uns alle eint die Offenheit für eine Meinung, die (noch) nicht die eigene ist.

Die Treffen

Jedem Energiezentrum ist ein Tag gewidmet. Beginnend an einem Frühlingsamstag verbringen wir sieben Mal einmal pro Monat gemeinsam einen Samstag, jeweils von 10 - 18 Uhr: 19. März, 9. April, 7. Mai, 25. Juni, 9. Juli, 27. August, 22. Oktober 2022.

Leitung:

Michaela Moritz

Philosophie-Dozentin, Fotografin und Autorin

Kathrin Neuper

Yoga-Lehrerin (Übungen und Philosophie des Yoga sowie der Anthroposophie)

in Kooperation mit Johannes Heiner, Dr. phil.

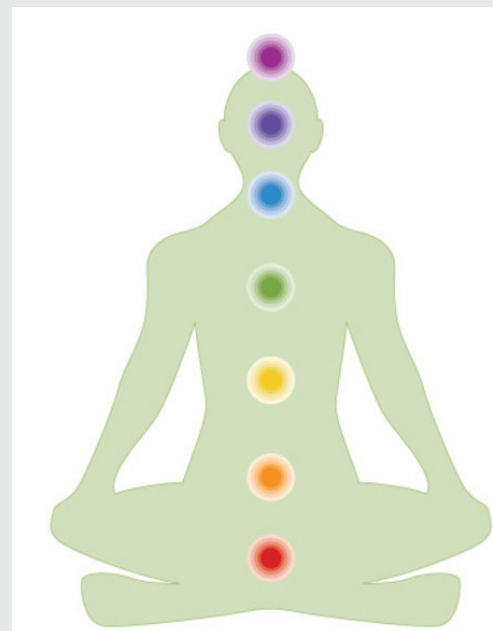
Literaturwissenschaftler, Lyriker, Lehrer der Kontemplation

Preis:

30 - 75 Euro, je nach Möglichkeit

Anmeldung und Infos:

mi.moritz@arcor.de oder 0171 9341513



Der Ort

Die Treffen finden statt in einem Häuschen im Gräfenberger Ortsteil Höfles, hoch über dem Großenhoher Tal und dem Trubachtal gelegen. Ein Seminarraum (mit Küche) und ein Garten bieten Raum für Begegnung und Erkundung.

Ein nahegelegener Wiesenanger, ein geheimnisvoller Wald, Felsen, der weite Blick über die Anhöhen der Fränkischen Schweiz und nachts ein leuchtender Sternenhimmel laden ein, die Natur und den Kosmos neu zu erleben.

Übernachtung ist möglich.