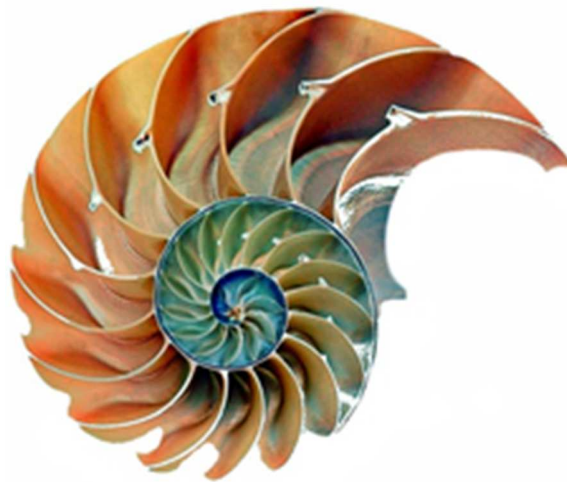


TRAGER

Ein Spiel mit Räumen - „Feldern“ - Intentionen

Workshop zur TVD-MV 2022 im Odenwald vom 11. – 13. Mai 2022



**Wo wir auch sind – sie begegnen uns überall – Räume!
Wir finden sie in Gebäuden wie in Körpern – innen und außen.
Mal ändern sie ihre Form, ihre Energie - wirken auf ihre Umgebung.**

Auf dieses allgegenwärtige und dadurch meist als selbstverständlich empfundene Phänomen lenken wir in diesem Workshop unsere Aufmerksamkeit und stärken unsere Wahrnehmungskraft.

Was erleben wir als Raum, als Räume? Offen – geschlossen – flexibel – statisch? Wir nehmen uns Zeit das Spiel unterschiedlicher Raumerfahrungen in Bewegung, in Stille und am Tisch zu erfühlen.

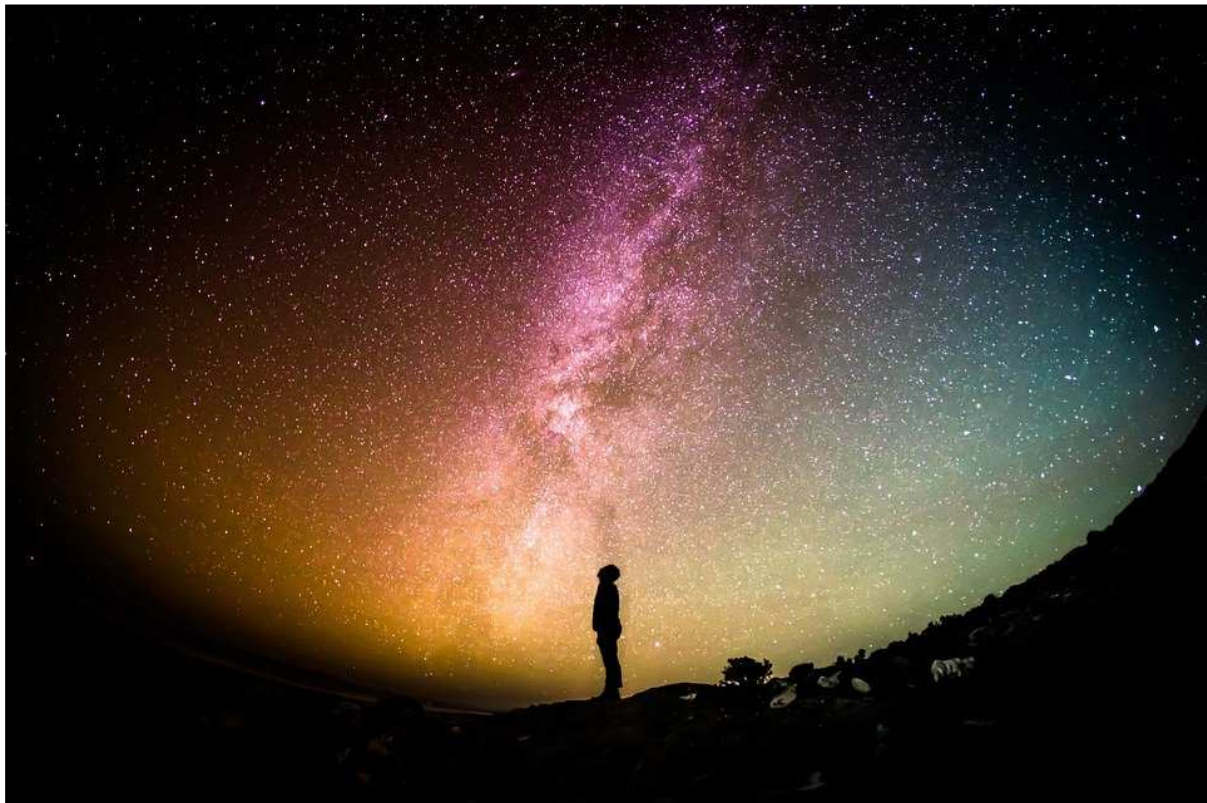
Räume sind zumeist materiell und immateriell gefüllt. Was geschieht, wenn unsere Aufmerksamkeit ihnen begegnet? Eine Gefühlsregung? Eine innere Haltung? Eine klare Absicht? Eine offene Frage?

- Am ersten Workshop-Tag gehört unsere Aufmerksamkeit dem erspürenden Finden und Erfühlen unterschiedlicher Räume und Strukturen. Welche Aktionen, Interaktionen und Reaktionen gibt es in unseren Körper-Räumen zu erspielen? In MENTASTICS und am Tisch.
- Wie wirken sich Berührungsimpulse auf das umliegende Gewebe aus?

- o Am zweiten Tag erkunden wir die Wahrnehmung feinerer Ebenen. Wie empfinden wir Aufmerksamkeit, Absichten, Impulse, energetische Felder in unseren Körpersystemen? - Und was geschieht dabei konkret auf anatomischer, physiologischer und neuronaler Ebene?
- o Den dritten Tag widmen wir den Räumen von Absichtslosigkeit und klaren Intentionen in unseren TRAGER Sitzungen mit dem Prinzip „Der offenen Frage“. – Ein Widerspruch in sich? Trägt nicht jede unserer offenen Fragen eine Absicht in sich? Lass es uns herausfinden.

Diese drei Tage laden dich ein Spieler/in des Spiels zu sein - zeitgleich als freundliche/r Beobachter/in mit offenem Geist dem Geschehen Raum zu geben und dich währenddessen mit deinen aktiven Sinnesporten vertrauter zu machen. Schon das bloße Erkennen unserer genutzten Wahrnehmungskanäle und -Strategien befähigt uns, diese achtsam zum Besten aller einzusetzen. Wie wäre es damit sowohl unsere Sitzungen zu bereichern als auch den Alltag leichter zu gestalten?

...In vielen Räumen...



Anmeldeschluss: 16.03.2022

Kursort: Seminarhotel Odenwald, Hassenroth/Odenwald, www.seminarhotel-odenwald.com

Leitung: Marita Melzer, MENTASTICS Teacher und Martin Heigl, Anatomie-Teacher, beide TI Instruktoren

Kontakt: Ulrike Engel, ulrike.engel@trager.de

Kursgebühr: 280 € + U/V, Frühbucherpreis 240 € + U/V bis 02.02.2022

Der 3. Workshop-Tag ist zusammen mit der Mitgliederversammlung am 14./15.05.2022 für Mitglieder des TVD kostenfrei, ansonsten: 90 € + U/V, Frühbucherpreis 80 € bis 16.03.2022

Kontakt: Tanja Kannefass, tvd@trager.de