

ACHTSAME INNIGKEIT FÜR PAARE



Johannes Feuerbach

REFERENT

Termine:

24.02.23 - 26.02.23

10.11.23 - 12.11.23

An welche Zielgruppe genau richtet sich Ihr Seminar?

Das Seminar richtet sich an Paare.

Mit welchen Methoden arbeiten Sie in Ihrem Kurs?

Mit den Basisbewegungen des Tango Argentino, Meditation, Paar-Kontemplation und Gestalttherapie.

Welche Übungen werden die Teilnehmer*innen kennenlernen?

Übungen zu den 8 Phasen einer idealtypischen Begegnung: Gewahren, platzieren, ankommen, vorbereiten, Impuls geben, antworten, begleiten und sammeln (eigenes Konzept). Die 8 Phasen werden körperlich geübt, kontemplativ betrachtet und für die tänzerische und paardynamische Interaktion angewendet.

Was können die Teilnehmer*innen aus Ihrem Seminar mitnehmen?

- beglückende Bindungserfahrungen
- körperliche und seelische Achtsamkeit für sich selbst und für den Partner
- die Paar-Kontemplation als Gesprächsritual
- bereichernde Kontakte miteinander und auch mit anderen Paaren
- die Meditationspraxis des Shikantaza („Nur Sitzen“)

Müssen die Teilnehmer*innen gewisse Voraussetzungen mitbringen, wenn ja welche?

Die Teilnehmer*innen müssen gehen können.

Wie kamen Sie zu dem Thema und wie lange beschäftigen Sie sich schon damit?

Zum Thema kam ich durch meine Ehe, das Tangotanz (beides über 35 Jahre), die Körperarbeit und die Paartherapie.



Heiligenfeld
Akademie



@akademie.heiligenfeld