

5 Rhythmen Workshop „Licht, Schatten & Rituelles Theater“

mit Atmo Lars Lindvall

Kiental

01. - 03.12.2017



Wie können wir Menschen unsere Lichtqualität und Schattenrollen mehr in unser Bewusstsein rufen? Die Erfahrung unseres Körpers im Tanz kann uns eine erweiterte Sichtweise ermöglichen und eine neue Dimension in unser Leben bringen.

Stille und Ursprünglichkeit fernab des Lärms und hohen Tempos der Städte machen das Kiental zu einem Ort, an dem konzentriertes und intensives Lernen und Erfahren möglich ist. Sie finden hier Raum und Zeit. Hier können Sie nach innen horchen, Wichtiges von Unwichtigem trennen. Gibt es bessere Voraussetzungen zum Lernen und zur Entfaltung unserer Kreativität?

Kursinhalte

Alle sind willkommen, neue und erfahrene 5 Rhythmen-Tänzer gleichermaßen. Dazu alle, die gerne ihre Stimme, Geräusche und Musikinstrumente in ihrem kreativen Ausdruck einsetzen möchten. Indem du ganz in deinem Körper bist, kannst du an den Punkt kommen, wo eine ganzheitliche Lösung vor dir liegt. Der Prozess und das Ziel dieses Workshops liegt darin, das totale Gefühl von Körperlebendigkeit und Ausdruck zu erfahren. Beim rituellen Theater schenken wir dem Körper und dem authentischen Ausdruck in einem definierten Rahmen volle Aufmerksamkeit, so lernen wir, den Moment so lassen zu können, wie er ist. Ob als Profimusiker oder Laie, die Echtheit und Intention des Ausdrucks ist das, was im Moment des Geschehens zählt. Der Prozess ist einfach: wir lernen den Körper als Instrument so gut wie möglich kennen und hören ihm zu. Wir werden uns während dieses Wochenendes viel bewegen, auch aktive Osho-Meditationen verwenden, das heisst, durch das Tor des Körpers können tiefere Einsichten klar werden.

Schattenarbeit in den 5 Rhythmen gehört zu dem Gebiet zwischen Wave und Heartbeatebene. Zwischen der körperlichen Waveebene und der Ebene der Emotionen (Heartbeat) liegt eine ganze Schicht von Rollen, „Agenten“ und Wichtigtuern, die versuchen, unseren ursprünglichen Lebenstanz im Griff zu halten. In Mustern von z.B. muss und tun. Als Tänzer wagen wir uns mit Zuversicht in diese Schattenwelt, im Wissen, dass, wenn wir zulassen und neutral beobachten, fast wie durch ein Wunder der kreative Ausdruck dessen, wer und was wir sind, neue Türen und Wege öffnet, die uns ins Licht führen.

Zielgruppe

Für alle Tanzbegeisterten!

Voraussetzungen

Keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich.

01. - 03.12.17 | Fr 18:00 – So 15:00 | 14 Std | Kurspreis 350.– | Frühbucherpreis 315.–

Kursleitung



Lars Lindvall (CH), unterrichtet seit 12 Jahren die 5 Rhythmen® in der Schweiz, Deutschland, Italien und Österreich. Er ist auch Musiker und Musikpädagoge. Lars über sich: Die 5 Rhythmen® sind seit 18 Jahren meine Praxis. Einfachheit mit anderen Menschen zu teilen ist einer der Beweggründe, weshalb ich die 5 Rhythmen® als Lehrer weitergebe. In meiner 35-jährigen Laufbahn als Musiker habe ich bei einer Vielzahl von Celebration-, Meditation- und Tanzevents mitgewirkt. „Sacred Celebration“ Musik ist meine Herzensangelegenheit und Leidenschaft. Ich arbeite als Musiker, Musikpädagoge & bin seit 2004 autorisierter 5 Rhythmenlehrer®.

Kientalerhof Bildung Begegnung Körperarbeit Bewusstseinsentfaltung
Schule für Körpertherapie Kiental Wetzikon Uzwil

Griesalpstrasse 44 CH-3723 Kiental | Zürcherstrasse 29 CH-8620 Wetzikon
T: +41 33 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch