K.I.- KörperIntelligenz 12.-14.6.26,
Rudolf Steiner Schule Wetzikon

Aufbau - Seminar mit Karl Grunick

Lass Deine Vorstellung los von dem was nicht geht.
Lass zu, dass es geschieht!

Keine Technik
Keine Kraft
Keine Psychologie
Keine Spielchen
} Nur du selbst

Körperintelligenz steht für Präsenz durch Anwesenheit im Körper und das unvoreingenommene, Nicht wertende Da-Sein in jeder beliebigen Situation. Daraus entsteht die Fähigkeit zu freiem und eindeutigem Tun.
In der K.I.-Erfahrung werden unbewusste Fixierungen im Wahrnehmen, Ängste im Zulassen und Konflikte im Handeln aufgedeckt, die diese Art der Präsenz verhindern. Durch das Bewusst werden dieser Zusammenhänge wird eine Veränderung bewirkt.

Es ist schwer zu beschreiben, was dieser K.I -Zustand ist; gleichzeitig ist er sehr eindeutig in dem Moment, in dem man "drin" ist: Alles im Fluss, jenseits des Denkens, im Hier und Jetzt, die vollkommene Abwesenheit von Mustern und Projektionen, ohne Anhaftungen - um einige Schlüsselbegriffe zu nennen.
Dazu enthält dieses Seminar viele Selbsterfahrungselemente, wodurch man die Ursache und damit die Lösung vieler Probleme erkennen kann. „ Deine Realität hängt von der Wahrnehmung deines Bewusstseins aus einem riesigen Ozean von Wahrscheinlichkeiten ab“. Man erfährt, wie man in seine eigene Kraft kommen, seinen Lebensweg meistern, seine Ressourcen für sich nutzbar machen, Blockaden lösen und neue Impulse setzen kann.

Durch das Aufgeben negativer Geisteshaltungen und verfestigter Standpunkte und dem Abschied nehmen von unnötigen Bewertungen kommen wir in ein inneres Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele. In diesem Einklang mit sich selbst und dem Fluss des Lebens können wir erleben, alles was ist, bewusst anzunehmen. Aus dieser Erfahrung heraus lassen sich Situationen auf eine Weise meistern, die von außen nicht nachvollziehbar ist.
Dazu benötigen wir keine Anstrengung, kein langwieriges Übungsprogramm, keine zusätzliche Energie, kein Licht und keine Hilfe von außen. Alles was wir brauchen ist bereits in uns vorhanden.
Dabei können sich Blockaden und Verformungen auflösen. Wir werden beweglicher, lernen, uns aus Situationen des Alltags zu lösen, die als unangenehm empfunden werden und gelangen zu einer inneren Freiheit, aus der heraus wir uns dem Leben und der Aufrichtigkeit des Seins hingeben, und so im Alltag spontaner und angemessen handeln können.

Dazu wird geübt und gespielt um zu erleben und zu erfahren:
Du bist bereits brillant!
Es gibt nichts hinzuzufügen.
Du musst dir nicht mehr Mühe geben, sondern weniger!
Denn alles was in Übereinstimmung mit den universalen Gesetzen des Lebens geschieht, vollzieht sich mit minimaler Anstrengung

Es ist die Entspannung, das Nicht-Tun und Nicht-Wollen, durch die der Zauber eines Menschen sich zeigt.
Alles ist schon da. Du brauchst kein neues Konzept zu lernen, dich nicht anstrengen oder bemühen - im Gegenteil!
Leg alle Mühe und Anstrengung und alle Konzepte für eine Weile auf die Seite und sieh, was passiert.....!

Der Zweck der meisten Übungen ist es besser zu werden. Der Zweck des K.I. - Trainings ist es wieder natürlicher zu werden. Mit andauernder Erfahrung wirst du beginnen der Intelligenz des Körpers wieder mehr und mehr zu vertrauen. Es entsteht eine neue Beziehung zu dir selber welche ebenso einfach und tief ist wie die Natur selbst einfach ist.

K.I. wird immer mindestens paarweise geübt, wobei keine Techniken unterrichtet werden, sondern der Umgang mit dem Sein, (Leben in der Gegenwart) und dem Menschen.

Seminargebühr 550 SFR,
Anmeldung: michael.seefried@paracelsus-zentrum.ch