

Erfahrungsräume Pfingstfestival 2014

Hier die ausführliche Übersicht zu den Inhalten und Leitern der Erfahrungsräume auf dem [ZEGG-Pfingstfestival 2014](#) – Traum & Wirksamkeit.

Erfahrungsraum Eros und Sinnlichkeit

Jeder Mensch ist ein Künstler. Gilt das auch für die Sinnlichkeit und Erotik?

Wir spielen uns in eine Realität jenseits des Bekannten.

Aus Traum wird Welt - wir bilden eine soziale Wärmesulptur und erforschen neue Handlungsmöglichkeiten.

Ein feiner sinnlich-erotischer Erfahrungsraum von Susanne Kohts und Roger Balmer.



Wut Raum

Hier kannst du deine Wut zum Leben erwecken, dich mit der Energie der Wut verbinden, sie fühlen und ausdrücken - jenseits von Geschichten. Wenn du bewusst Verantwortung für deine Wut übernimmst, kannst du sie gebrauchen um Unterscheidungen zu treffen, Dinge zu ändern, zu beginnen oder zu beenden, Grenzen zu setzen, Ja oder Nein zu sagen und um das bitten, was du brauchst. In einem geschützten Raum experimentieren wir mit verschiedenen Wutübungen - für Neulinge und Erfahrene geeignet. Inspiriert von Possibility Management, Bioenergetik, Bonding, Integrativer Gestalttherapie und Kampfkunst.

Mit Jelka Mönch



und Cordula Andrä



Tanz Raum

In der Tanzmeditation werden Bögen mit unterschiedlichen Rhythmen gespielt. Diese lassen unterschiedliche Stimmungen und Energien im Raum entstehen. Der Fokus liegt auf der authentischen Bewegung und darauf, den inneren Tänzer zu finden und als Bewegungsimpuls nach außen fließen lassen. Ziel ist es, die eigene Präsenz im Augenblick entstehen zu lassen und die eigenen Essenz zu erspüren.

Mit Amalia Eismar



Frei Raum

– Body flow, Authentic Movement, Tiefenökologie, ... werden hier nicht angeboten – und möglicherweise wirst du genau dieses erfahren – aus deiner eigenen tiefen Wahrheit heraus als Ausdruck deiner freien kreativen Ursprünglichkeit. In einem sehr geborgenen sensiblen Raum begleite ich diese Selbsterforschung zu deinem inneren FreiRaum.

Mit Ina Welpmann



„Worldwork“ von Arnold Mindell trifft „Possibility Management“ von Clinton Callahan

Liebevoll kreatives Gewahrsein für die Beziehung mit uns selbst, mit einem Du, mit dem Schatten, mit der Welt. Die Welt braucht dich als Kraft für die Veränderung der Welt. Wandel geschieht permanent. Du brauchst Gewahrsein, um diesen Wandel zu bemerken und zu begleiten. Wahrnehmung und ein Bewusstsein deiner Gefühle spielen eine große Rolle, damit du deine radikale selbstbestimmte Verantwortung in der Welt annehmen kannst. Worldwork betrachtet Eskalationen selbst als nützlich, da sie die Kraft und den Schwung zur Veränderung geben.

Auch die „ungeliebten“ Schatten enthalten wichtige Informationen, die, wenn sie nicht an Licht kommen dürfen, sich als Störung oder Widerstand äußern. Wir bieten euch einen experimentellen Erfahrungsraum an für Konfliktarbeit in Gruppen, für das Erleben des lebendigen Potenzials in uns allen und für tiefes Fühlen. Herzlich Willkommen!



Mit Ina Meyer Stoll und Achim Ecker (Samstag und So.)

Erfahrungsraum Stimme, Gesang, Musik

Wir tönen, singen und musizieren gemeinsam. Keine Vorkenntnisse nötig!
Eigene Instrumente gern mitbringen.

Mit Michael Heinen



Erfahrungsraum Schattenkabinett

Im Workshop „Schattenkabinett“ begegnen wir unsern Schätzen jenseits des Gewohnten. Gern Gesehenes lassen wir für einmal unbeachtet. Dafür widmen wir uns jenen Gesellen, welche unsere Randzonen bevölkern, oder im Abseits stehen. Unsere Schatten beunruhigen vielleicht, oder sie machen Angst. Ungelebtes darf hier sein und soll zur Entfaltung kommen. Dazu begeben wir uns auf Spurensuche im Fundus unserer Schmuttelkinder. Das was sie uns mitteilen können verdient Aufmerksamkeit und Hingabe. Diese wollen wir spielerisch entdecken und einander zumuten.

Mit Heiner Kasper



Erfahrungsraum Traumfängerwerkstatt - Malen - Formern - Materialisieren

Farben, Papier, Materialien, Erfahrung - all das und mehr stelle ich dir zur Verfügung um deinen Traum einzufangen, mit der materiellen Welt zu verbinden und sichtbar zu machen.

Mit Almut Groeger



Erfahrungsraum Schreibwerkstatt

Unvertraute Eindrücke, neue Begegnungen- die Weite dieser Tage in Sprache einfangen.

Geboten wird dir der Rahmen etwas auszuprobieren- dich einzulassen auf das Schreiben.

Wir machen Angebote, du wählst.

Mit Georg Lohmann und Bettina Klein

Erfahrungsraum Sei realistisch: TRÄUME!

"Das geht doch gar nicht! Du bist unrealistisch! Jetzt bleib mal auf dem Teppich! Übertreib nicht! Du phantasierst ja! Träum nicht!..."

Wie oft hast du in deinem Leben solche oder ähnliche Sätze gehört oder schon selbst ausgesprochen?

Welchen Stellenwert gibst du deinem Träumen in deinem heutigen Leben? Und wie geht es dir mit der Realisierung deiner tieferen Wünsche und Lebensträume? Können deine Träume zu Visionen und Visionen zu echt gelebtem Leben werden? Und wenn ja, wie geht das?

Wir werden diese Fragen szenisch erforschen, uns in Bewegung, Tanz, Bild, Bild, Klang, Wort und Szenen erfahren.

Mit Julia Zemann



Erfahrungsraum Authentic Relating Games

sind Spiel, Meditation und praktische Beziehungskunst zugleich. Kern der Spiele ist das neugierige Erforschen des Beziehungsraumes zwischen zwei oder mehr Menschen im Jetzt und Hier. Auf verschiedene Weise spielen wir damit, uns mit entwaffnender Ehrlichkeit in Beziehung zu unserem Gegenüber selbst zu enthüllen, egal, ob das was da gerade in uns lebt, den üblichen Konventionen entspricht. Die Spiele bringen eine Befreiung von jeglicher Sorge, anders sein zu müssen, als du bist. Das gibt Energie, es wird viel dabei gelacht und in kurzer Zeit kann eine tief nährende Vertrautheit entstehen.

Mit Romeck van Zeyl

Erfahrungsraum Experimente im Bewegungsraum

Was passiert, wenn wir in einem Raum zusammenkommen und beginnen mit Bewegung und Stimme zu experimentieren?

In diesem Erfahrungsraum hinterfragen wir Bewegungsabläufe, wir dekonstruieren Gewohntes, es formen sich neue Möglichkeiten, neue Sichtweisen von Wirksamkeit. Dabei liegt ein Schwerpunkt auf der Entwicklung von kollektiven Prozessen.



Wir lassen uns inspirieren von experimentellem Tanz, Bewegungsimprovisation und der Kunstrichtung Fluxus und entwickeln davon ausgehend eigene künstlerische Performances..

Mit Nicole Duwe

Erfahrungsraum Mann-Sein

Wir laden ein zu drei Erfahrungsräumen rund um unser Mann-Sein:

I Sex and spirit

Wovon träumen wir in der Liebe und im Sex? Wo möchten wir aufwachen, mit wem und wohin? Eine Reise durch Körper und Herz zu Licht und Schatten unserer Sexualität.



II Deine Liebe zum Mann-Sein – Traum oder Wirklichkeit?

Wir springen in einen Erfahrungs- und Spielraum für die Lust am Mann-Sein: Präsenz und Wertschätzung, Herausforderung und Heißer Stuhl, Konkurrenz und Vertrauen.

III Männer-Träume – Traum-Männer

Wir spielen mit den Männerarchetypen – dem König, dem Krieger, dem Liebhaber, dem Magier. Wer begegnet Dir in Deinen Träumen? Eine Gelegenheit zum „Sprung in die eigene Größe“!

Mit Sharan Thomas Gärtner und Kolja Guldenberg

Erfahrungsraum Erdforum

Das Erdforum ist ein Prozess, der uns befähigt, unsere Imagination auf neue Arten zu benutzen und Situationen in einem neuen Licht wahrzunehmen. Es ist ein Raum für Reflektion und die Fähigkeit des aktiven Zuhörens wird gebildet.

Der Prozess bietet die Möglichkeit, unsere Beziehung zur Erde zu erforschen, unsere Wünsche für die Zukunft zu sehen und zu sehen, wie wir unsere Energie in diese Richtung fokussieren können.

Das Erdforum ist im Zusammenhang mit der Sozialen Skulptur von Shelley Sacks entwickelt worden.



Mit Shelley Sacks

Traumraum Schwitzhütte

Wir bauen eine neue Schwitzhütte am Platz.

Wir laden Dich ein dabei zu sein und Mitzubauen – Dich zu verbinden mit den Elementen, der Natur und der Freude am Sein - mit dem Traumraum dieser Zeremonie

Am Pfingst-Dienstag weihen wir sie ein und gehen zusammen schwitzen so Du möchtest.

- In Schönheit ist es vollendet!

Mit dem Schwitzhüttenteam



LifeTanz

LifeTanz ist ein aus dem Moment gemeinsam kreierter Bewegungs- und Begegnungs-Raum mit improvisierter Live-Musik. In ihm sind alle Qualitäten möglich; von der meditativen Stille bis zur wilden Extase.

Ausgangspunkt sind die ureigenen Bewegungsimpulse des Einzelnen ... die zum freien, autonomen Tanz führen; ein Tanz, der mit der Musik in den Dialog tritt, anstatt ihr nur zu folgen. Dem Gegenüber steht die Wahrnehmung und das Bewusstsein für die als Kunstwerk betrachtete gesamte Zeit/Raum-Gestalt.

Mit Andreas Duda und Ludger Rother

Übergänge und Zwischenräume

- in Kontakt kommen

- mit Dir selbst und Anderen

Deine spielerisch forsche Seite entdecken

Der Frage: Was ist Kontakt? Raum und Zeit widmen

- lass uns tanzen, gemeinsam und allein

- lass Dich ein, auf Dein Leben

- unter Menschen

Kontakt – Sinnlichkeit – Nicht-Wissen – Liebe – Zwischenräume

Tanz – Forum – Körperarbeit – Wahrnehmung

Willkommen im Erfahrungs-Zwischenraum

Mit Markus Euler

