

Wie die **Fülle** **des** **Lebens** wieder zu den Menschen kam



Hören**Spüren****Spielen****Singen** Ein Seminar mit Ingrid Huber und Frederik Mellak

Manchmal scheint es, als wären Fülle und Buntheit im Leben „untergegangen“, und wir sehnen uns nach Freude und Lebendigkeit.

Diese Erfahrung machten Menschen schon vor Tausenden von Jahren. Ein spannender indischer Mythos erzählt von der Suche nach der verlorenen Blühkraft des Lebens. Nach langem Ringen taucht die Göttin der Fülle wieder auf und bringt wunderbare Geschenke mit.

- Wir hören diese Geschichte, als wäre sie heute geschehen, und lauschen in die farbenprächtigen Bilder hinein.
- Im mühelosen Spiel öffnen sich Türen zu unserer eigenen Seelenlandschaft.
- Achtsame Körperarbeit in Berührung und Bewegung vertieft unser Erleben.
- Das gemeinsame Tönen und Singen von Liedern ermöglicht einen innigen und zugleich kraftvollen Ausdruck von dem, was in uns geschieht.

Ingrid Huber und Frederik Mellak schätzen in ihren Seminaren eine Atmosphäre der Leichtigkeit, des spielerischen Ausdrucks und des achtsamen Hineinspürens in den Körper. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, Spiel und Gesang entstehen wie von selbst aus innerer Bewegtheit.

Rückmeldungen aus früheren HörenSpürenSpielenSingen-Seminaren:

„Eure Begleitung war für mich überaus stimmig und einfühlsam. Ich hatte sehr viele bewegende, berührende und Herz öffnende Momente. Danke, dass ich meine "Mitte" wieder stark spüren durfte! Singen, spielen, tanzen, spüren, weinen, lachen ... nun weiß ich wieder, was mich im Leben erfüllt.“ Anita. Z. 2016

„Ihr beide habt uns mit sehr viel Einfühlungsvermögen zu dem Thema hingeführt und begleitet. Obwohl Musik und Singen eine Herausforderung für mich sind, hab ich mich willkommen gefühlt, einfach mitzumachen, ohne Angst vor Bewertung. Das war wirklich schön.“ Eva. E. 2016

„Kurze Einheiten und viel Abwechslung. Ganz schnell mitten im Thema. Ihr wart toll im Team – habt sehr harmoniert, das war schön zu erleben.“ Kirsten. B. 2016

Zur Organisation:

Termin:

Beginn am Fr, den 13. 4. 2018 um 18 Uhr mit dem Abendessen (Kursbeginn 19 Uhr)
Ende am So, den 15. 4. 2018 um 13 Uhr

Ort: Schloss Laubegg , 8413 Ragnitz im Bezirk Leibnitz
Übernachtung im Schloss mit Vollpension: 55,50 Euro pro Nacht (inkl. aller Abgaben);
6 € Einzelzimmerzuschlag

Seminarbeitrag: 180,- Euro

Anmeldung unter: kontakt@ingrid-huber.at oder frederik.mellak@aon.at
Bis 15.März 2018 bei gleichzeitiger Überweisung des Kursbeitrages auf das Konto:
RB Nestelbach | lautend auf : Lebenskunstnetzwerk –
Mit Märchen leben | IBAN: AT46 3825 2000 0602 5936

Kursleitung:

Ingrid Huber:

Dipl.Musik- und Bewegungspädagogin, Singleiterin, Referentin für Integrative Körperarbeit, Körpertherapeutin. Arbeitet und spielt seit 30 Jahren mit der heilsamen Kraft von Gesang, Tanz, Körperwahrnehmung und achtsamer Berührung. www.ingrid-huber.at ,
www.vonherzensingen.at

Frederik Mellak:

Studium der Germanistik und Geschichte. Ausbildungen in Bewegungstheater, Psychodrama, Tanz nach Laban u.a. Seit 1989 professioneller Erzähler, dipl. Spielleiter für Jeux Dramatiques, Seminarleiter in der kreativen Erwachsenenbildung
www.freudeanmaerchen.at