



Ausbildungswerkstatt "Focusing mit dem ganzen Körper"

Trainer: [Astrid Schillings](#)

Die aktuellen Termine entnehmen Sie bitte der Website

Aus der Weisheit des bewusst spürenden Körpers leben

Dein Leben sich leben lassen – radikal direkt und feinspürig-bewußt, von Mensch zu Mensch...

Diese Fortbildungsreihe lädt ein, die befreiende Unmittelbarkeit des **Focusing-mit-dem-Ganzen-Körper** zu erleben. Im radikal direkten Erkunden können wir ein frisches Gespür davon entwickeln, wie alles Leben grundlegend in dynamischem Gewähr-Sein verbunden ist: Unser lebender Körper, die Umwelt, die Erde, unser menschlicher Körperprozess des Gewahrs-Sein, des dynamischen Gewahrens – von Mensch zu Mensch, Mensch-Umwelt und dem, was mehr ist als all das... Wir fühlen uns gegründet in einem erweiterten Spüren unseres Da-Seins.

Im FGK entwickeln wir das Innehalten, die Pause und daraus ein Hinhören in unsere Lebendigkeit mit einer einladenden Haltung des Nicht-Wissens. In diesem Raum fortgesetzten Gewährseins können wir spüren, wie unser Körper-Leben sich in ein bewusstes sich selber Spüren bewegt – in Gebärden, Haltungen und Bewegungen findet es neue Wege da zu sein.

Die FGK-Phasen und -Haltungen werden vorgestellt und Möglichkeiten für menschliche Kommunikation, Psychotherapie/Medizin und „Community“ erörtert. Ein im Erleben verankertes Erkunden von Gendlin`s erweitertem philosophischen Verständnis des lebendigen Körpers wird entfaltet. Die tiefere Natur von Wandel und Veränderung tut sich auf.

Focusing-mit-dem-Ganzen-Körper verwandelt, wie wir leben, arbeiten, regenerieren, kreativ sind, Sinn erleben – jeden Tag.

Kosten: 240,- je Wochenende (5 Wochenenden) **1200,- €**

Ort: Köln

Anmeldung:

[Indito](#)

oder vor der Festlegung der neuen Kursnummer bei:

astrid.schillings@focusinginstitut.eu