

# Die Absichtslosigkeit des Seins

## Massageworkshop

*Folge der Bewegung deiner Atmung. Wo in deinem Körper fängt sie an, wie weit geht sie, wo hört sie auf? Folge der Luft die deinen Körper umhüllt. Folge der Luft die du in deinen Körper hinein und auch wieder hinaus läßt.*

*Lasse deinen Körper durch die Luft im Innen und im Außen tanzen.*

*Nehme deine Haut mit ihrer feinen Wahrnehmung wahr. Nehme deine Atmung wahr. Berühre deinen Körper im Innen und im Außen mit deiner Präsenz, fülle ihn aus, sei eins mit ihm. Gehe in die Berührung aus deiner inneren Tiefe, aus deiner natürlichen Form der Bewegung und schenke diese Berührung weiter.*

Die Massage ist eine nahe Anlehnung an die "Kaschmirische Massage", sie erforscht jeden einzelnen Bereich des Körpers absichtslos bis in die Tiefe des Seins. Ein sich Hingeben in die kleinsten, jedem Menschen eigenen Formen. Sie ist eine spirituelle Übung ohne persönliche erotische Intention oder andere Ziele und Absichten. Jede Bewegung in die verschiedensten Richtungen gehen vom Becken, von der Atmung aus.

Es ist ein Tanz, der stattfindet. Lange langsame und auch schnellere Massagestriche verteilen sich über den Körper. Sie erlaubt dir immer mehr im Einklang mit dem Fluss des Lebens zu sein, ein Gefühl tiefer Hingabe und Verschmelzung entsteht. Die Grenzen von Raum und Zeit, Geben und Empfangen verschwimmen und können sich schließlich ganz auflösen. Der Körper wird immer mehr als ein pulsierendes, vibrierendes Energiefeld erfahren. Dennoch verliert sich der Empfangene nicht im immer intensiver werdenden Fluss seiner Empfindungen, sondern bleibt stets im Gewahren präsent.

### Programm

Meditation | Atmung | Tanz | Massage | Wahrnehmung der natürlichen Bewegung des Körpers

### Seminartage

**6. Oktober in Berlin & 27. Oktober in Karlsruhe**

Seminarzeiten: 10.00 – 18.00 Uhr (mit einer Pause)

Preis: 160€ für beide Termine | 95€ für einen Tag

### Anmeldung & Leitung

**Rune Tölke** | 0176.96368022 | [rune@enjoy-your-evolution.com](mailto:rune@enjoy-your-evolution.com) | [www.enjoy-your-evolution.com](http://www.enjoy-your-evolution.com)

Heilpraktikerin | Cranio Sacrale Osteopathie | Homöopathie | Massagen | Tandava Tanz

