

An aerial photograph of a sandy beach. The sand is light-colored and shows various patterns of footprints and small depressions. Several seashells of different shapes and sizes are scattered across the surface. The lighting creates soft shadows, suggesting a bright but slightly overcast day.

Das Prinzip L(l)eben

drei Tage Biografiearbeit

*Ein Tröpflein Tau fiel in das Meer, dem sich's verband.
Ein Stäublein stieg und sank und ward eins mit dem Sand.
Und wer bist du? Woher? Wozu? Du weißt es nicht?
Ein Mücklein flog, kam kurz in Sicht, und es verschwand.*

Omar Chajjam

Eine individuelle Frage die Sie bewegt, ist der Ausgangspunkt für die gemeinsame Biografie-Arbeit. Im Rückblick auf den Verlauf des eigenen Lebens – auf die “Spuren die dein Leben in den Sand gezeichnet hat” – spüren wir Denkmuster auf und suchen nach Knoten, die verhindern, dass sich Ihr Potential entfaltet.

Mit Hilfe der Poesie und anderen Künsten nehmen wir diese Knoten unter die Lupe, spüren ihre Wirkung auf, die Wirklichkeit erzeugt. Gelingt es in Eigenverantwortung die Konstruktion dieser Muster zu verstehen, lösen sie sich auf und es entfaltet sich das darin verborgene Potential.

Um diesen Prozess begreifen zu können zeigen wir archetypische Entwicklungsverläufe in den unterschiedlichen Lebensphasen des Menschen auf und stellen reine, allgemeingültige Formen zur Verfügung. Wird das eigene Muster in dieser reinen Form gespiegelt, wird dem Menschen die Erfahrung einer sinnvollen Ordnung ermöglicht: Selbstheilung und Versöhnung kann beginnen.

*Die Kunst in ihrer reinen Form
verschönerte mein Leben.
Hob hoch verborgene Struktur
und reinigt' sie im Lichte.
Und ohne zutun
und ohne irgendwas zu wollen,
fiel selber sie
zurück in ihre eigene Natur.*

Erika Luser

Ablauf:

Freitag

16.00 - 16.30 Uhr

Begrüßung und Organisatorisches

16.30 - 18.00 Uhr

Überblick und Einführung in die Biografie-Arbeit

Reflexion der menschlichen Vorgänge im Zusammenhang mit der Biografie-Arbeit

18.00 - 20.00 Uhr

Abendessen

20.00 - 22.00 Uhr

Herausarbeiten der individuellen Frage

Samstag

9.00 - 12.30 Uhr

Praktische Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie

Gesetzmäßigkeiten in Biografien

Reflexion der eigenen Biografie

12.30 - 14.30 Uhr

Mittagessen

14.30 - 18.00 Uhr

Aufspüren von Knoten und ins Bewusstsein bringen der verborgenen Potentiale

18.00 - 20.00 Uhr

Abendessen

20.00 - 21.30 Uhr

Verdichtung des Tages-Prozesses und konkrete Ausformung des Themas

Sonntag

9.00 - 12.30 Uhr

Die eigene Geschichte neu erzählen

Kosten:

Seminarkosten € 250,-- + 20 % MWSt

Die Übernachtungs-, Verpflegungs- und Seminarraumkosten werden extra verrechnet



Mag.ª Erika Luser

geb. 1960 in Leoben

Studium der Wirtschaftspädagogik

Beratung Training Coaching

Künstlerische Biografiearbeit gemeinsam mit Sarah Hofbauer

Lebt in Graz



Sarah Hofbauer

geb. 1976 in Leoben

Künstlerische Ausbildung im Theatermërz, Graz

Musikalisch-Literarische Performances mit „The Hell Foundation“

Künstlerische Biografiearbeit gemeinsam mit Erika Luser

Lebt in Graz