

# *Kinesiologie in Hannover*

Workshop für Kinesiologen/Kinesiologinnen

## Ganzheitliches Sehen

(nach Rolf Kammerer)

# Ganzheitliches Sehen

Unsere Augen gelten als „Fenster zur Seele“ und gleichermaßen als „Fenster zur Welt“. Sehen ist ein äußerst komplexer Vorgang, an dem sich der gesamte Mensch mit Körper, Seele und Geist beteiligt.

So wird unser Sehen ganz wesentlich von den Emotionen und Körpergefühlen geprägt: Wir blenden vieles, was uns unangenehm, unbekannt oder uninteressant ist, einfach aus. Im Laufe unseres Lebens entstehen so Verzerrungen und Blockaden, die die Wahrnehmung einschränken und das Sehen zu einem stressbesetzten Vorgang machen.

Indem wir den Stress lösen, der mit den Augen und verschiedenen Blickwinkeln verbunden ist, erweitert sich unser Blick und wir gewinnen neue Perspektiven hinzu. Wenn ich entspannt und aufmerksam hinschaue, entsteht Verständnis und Mitgefühl für mein Gegenüber. So können wir durch die Korrektur unserer Augen zu einer neuen inneren Haltung kommen.

Wen wundert es da, dass Augen und Körperhaltung aufs engste miteinander verbunden sind? Da die Augen bei unserer Ausrichtung auf ein Ziel stets maßgeblich beteiligt sind, eignet sich diese Art von Balance-Zyklus auch über den Themenbereich der Sehförderung hinaus für jede Art von kinesiologischer Begleitung.

aus dem Inhalt:

der zyklische Balanceweg nach Rolf Kammerer (Blickrichtungen, 14 - Muskelbalance, Zentriertechniken, Haltungskorrektur) sowie Impulse aus der Gewaltfreien Kommunikation (M. Rosenberg) und der Körperzentrierten Herzarbeit (Safi Nidiaye)

Voraussetzungen: kinesiologische Vorerfahrungen (Touch For Health)

Termine:

Auf Anfrage