

Zen Meditation + Zen Übungswege 2018

Vom 31.01. – 28.02.2018 ist **Yasusada Seki Oshô san** in Rütte, Grueberhaus. **Shiatsu**-Einzelstunden nach telefonischer Anmeldung im Sekretariat Rütte, s. rechts

10.02. – 11.02.2018 **Qui Gong** Wochenende im Zendo Rütte

16.02. – 18.02.2018 **Qui Gong** Taichi-Haus in Überlingen, **Ingrid Schmid**, info@taichihaus.de

01., 08. und 15.02.2018 **Teezeremonie** im Zendo Rütte

22.02. – 25.02.2018 **Zazen** im Zendo Rütte
Leitung Yasusada Seki Oshô san
Assistenz Peter Oechsle und Regula Bühlmann

Information
Regula Bühlmann, s. rechts

13.09. – 19.09.2018
Sesshin im Zendo Rütte
Leitung Yasusada Seki Oshô san
Assistenz Peter Oechsle und Regula Bühlmann

Anmeldung für Yasusada Seki Sensei: Sekretariat Rütte, Ute Isele
Telefon +49 (0) 7674 - 350 (10 – 12 Uhr)
info@duerckheim-ruette.de
www.duerckheim-ruette.de

Anmeldung für Zazen und Sesshin: Carola Kaupp
Telefon +49 (0) 761 707 22 83
carola.kaupp@shiatsu-freiburg.de

13.07. – 15.07.2018
Ikebana-Kurs
Leitung Seikei Sachiko Oishi-Hess, Senoir-Professorin der Ikebana-Schule

Auskunft und Anmeldung
Dr. Regula Bühlmann
Telefon +49 (0)7674 - 922258
regula.buehlmann@gmx.de

> Goshukaku-Dojo-Projekt
Yasusada Seki Sensei bietet mit einem Samu-Sesshin die Möglichkeit, die eigene Zen-Praxis zu vertiefen und mit der japanischen Kultur vertraut zu werden.

Verantwortlich für **Organisation und Koordination**
Dr. Regula Bühlmann
Telefon +49 (0)7674 - 922258
regula.buehlmann@gmx.de



Mal- und Zeichenwerkstatt

Bildprozess und Bildbesprechung



Tusche

„Wenn schöpferische Kraft und Tusche fließen, entstehen Spuren – Tuschespuren.“

„Vergleichbar mit den Spiralen, von innen nach außen, von außen nach innen, kommen wir scheinbar immer wieder an den gleichen Ort. Doch durch genaueres Betrachten gibt es keine Wiederholung. Genauso wie in jedem Übungsweg: Nicht die Themen verändern sich, vielmehr unsere Sichtweise, – denn unser jeweiliges ‚Jetzt‘ ist im Fluss, steter Wandel bestimmt seine Erscheinungsform. Indem ich mehr und mehr die Kraft der Gegenwart zulassen kann, erfahre ich das Einmalige dieses Augenblicks.“

Katharina Sheperd,
„Zen in der Kunst der Tuschemalerei“

Geführtes Zeichnen

Die Zeichenlinie als Spur einer Bewegung
Geführtes Zeichnen nach Maria Hippius

Es geht um die befreiende Expression, den Ausdruck seelischer Sprache in spontan entstehenden Rhythmen, Linien, Urformen und Flächen, die wie von selbst, von Innen auf das Papier kommen wollen. Das bewegende Erleben im Körper findet seine sichtbare Aufzeichnung, das seelische Empfinden „führt“ zum graphischen Ausdruck. Das Betrachten und Benennen dieser aufgezeichneten Seelenspuren ergänzt die Arbeit an sich selbst. Im Bewusstwerden ist neue Entscheidung und Veränderung möglich.

Collage

... zerschneiden, zerreißen, trennen und wieder zusammensetzen

Papier- und Farbflächen zerschneiden, zerreißen, trennen, zerkleinern und wieder zusammensetzen in einer neuen Komposition zu einer vielschichtigen Ganzheit, das kann das Arbeiten mit Collage sein. Hinzu können andere Materialien kommen, die jeweils, dem eigenen Thema entsprechend, kombiniert werden, aus anderen Zusammenhängen herausgenommen, neu zusammengesetzt, in Auseinandersetzung gebracht.

Kunst der Farbe

Die Kunst der Farbe
Farblehre nach Johannes Itten
Farbe und Formen nach Ingrid Riedel

Farbe bedeutet auch, Sinneswahrnehmung zu kultivieren, die letztlich Sinnfindung werden kann. Wichtigste Ausdrucksträger sind die Primärfarben rot, blau und gelb, sowie die Sekundärfarben grün, orange und violett, – sie bilden den Farbkreis (Farblehre nach Goethe und Itten). Zwischentöne, weiß und schwarz kommen hinzu. Durch Bilder spricht das Unfassbare, wo Worte fehlen. Das Bild macht sichtbar, was aus Eindruck, Erfahrung, Erlebnis, Ahnung und innerer Erkenntnis erwächst. Tiefenpsychologische Deutung der Bilder (nach Maria Hippius und Ingrid Riedel) erschließt den individuellen Erfahrungsprozess.

Biographie



Regine Helke, geb. 1943, Künstlerin und Kunsttherapeutin.

Abgeschlossene Ausbildungen an der Ecole Nationale Supérieure des Arts Décoratifs in Paris und an der Kunsthochschule Kassel.

Ab 1968 eigener, tiefenpsychologisch fundierter Prozess, ab 1972 Mitarbeit, Austausch und Supervision bei Prof. Dr. K. Dürckheim und Dr. M. Hippius an der Schule für Initiatische Therapie in Todtmoos-Rütte, www.duerckheim-ruette.de

Andere Weiterbildungen in Gestalt- und Körperarbeit.

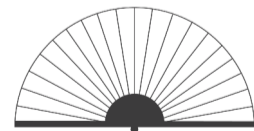
Seit 1972 Zen-Praxis und Zen-Künste. Japanaufenthalt in einem Rinzaï-Zenklöster bei Juho Seki Rôshi.

1980–2008 Weiterbildungs-Gruppen mit Wolfram Helke im In- und Ausland.

Seit 2005 Gruppenleiterin in ZIST. Ab 2017 Dozentin an der ZIST-Akademie.

Eigene Praxis in Freiburg.

Berufsbegleitende Fortbildungen in Frankreich, Spanien und Deutschland.



www.helke-info.de