

5. Kampfkunst - Hüttenwochenende
10. bis 12. März 2006

Kampfkunst, Intuition und Kreativität



Theorie

Praxis

Selbsterfahrung

Kampfkunst - Intuition - Kreativität

In den Kampfkünsten wird viel von Intuition gesprochen: „intuitiv wahrnehmen“, „intuitiv wissen“, „intuitiv reagieren“... Aber was genau ist Intuition? An diesem Wochenende wollen wir uns mit den psychologischen Grundlagen der Intuition und den mit ihr in Verbindung stehenden Phänomenen der Kreativität beschäftigen. Insbesondere wird auch zu klären sein, was das Kämpfen zur Kunst macht.

Freitag, 10.03.

- **Ankunft und Einchecken** ab 12.00 Uhr

13.00 Uhr
Imbiss

- Praxis* 14.00 - 14.45 Uhr
- **Qigong – Spiel der fünf Tiere**

Einführung/Theorie 15.00 - 16.30 Uhr

- **Intuition im Spektrum des Bewusstseins**
Zunächst einmal werden wir genauer bestimmen, was unter dem Begriff „Intuition“ zu verstehen ist. Auf dem Hintergrund unserer eigenen Erfahrungen wollen wir nachvollziehen, wie sich Intuition vom normalen Denken, Fühlen und Empfinden unterscheidet bzw. in welchem Verhältnis sie zu diesen psychischen Vorgängen steht.

Praxis 17.00 - 18.30 Uhr

- **Kung Fu und Intuition**
19.00 Uhr
Abendessen

Selbsterfahrung 20.00 - 21.15 Uhr

- **Wie klingt das Klatschen einer Hand?**
Koans sind rational nicht zugängliche Fragen und Probleme, die in der Zen-Meditation gestellt werden und deren Lösung andere Antworten erfordert, als unser gewöhnlicher Verstand sie liefert. Die Beschäftigung mit einem Koan kann alte mentale Strukturen sprengen und eine neue Sicht eröffnen. Wir wollen versuchen, uns dem Thema auf spielerische Art zu nähern...

Samstag, 11.03.

- Praxis* 8.00 - 9.00 Uhr
- **Schwertübungen**

9.00 Uhr
Frühstück

Theorie 9.45 - 11.00 Uhr

- **Kreativität und Unbewusstes**
Unser Ich ist nur eine kleine Insel im Ozean des Unbewusstes. Bevor Gefühle, Gedanken und Vorstellungen in unserem Bewusstsein auftauchen, werden sie in Prozessen, die unserer Wahrnehmung entzogen sind, bereits vorbereitet. Es bleibt besonders rätselhaft, wie völlig neue Ideen und Vorstellungen im menschlichen Bewusstsein entstehen. Wer oder was ist der Ursprung schöpferischer Impulse und kreativen Schaffens?

Praxis 11.15 - 12.45 Uhr

- **Kung Fu – Arbeit mit Tierstilen**

13.15 – 17.00 Uhr
Mittagessen & Freizeit

Diskussion/Film 17.00 - 18.15 Uhr

- **Was ist Kunst in der Kampfkunst?**
Was bei einer Abgrenzung von Kampfsport und Kampfkunst unter letzterer verstanden werden soll, ist unterschiedlich und bleibt oft genug diffus. Sollte Kunst etwas mit Kreativität und dem Entstehen von Neuem zu tun haben, stellt sich die Frage, inwieweit traditionelle Kampfkünste diesem Anspruch gerecht werden können. Wann verdient eine Kampfkunst ihren Namen zu Recht? Anregungen für die Diskussion werden unter anderem mit Filmmaterial geliefert.

Praxis 18.30 - 19.15 Uhr

- **Qigong & Taijiquan**

19.15 Uhr
Abendessen

Selbsterfahrung

20.15 - 21.15 Uhr

- **Vom Tao und sinnvollen Zufällen**

Gibt es ungewöhnliche Ereignisse in unserem Leben, deren Zusammenhang nicht konventionell erklärbar ist? Worauf beruhen außergewöhnliche Erfahrungen - haben sie eine Bedeutung oder ist alles „nur“ Zufall? Die östliche Philosophie kennt ein unanschauliches Prinzip, das allen Erscheinungen zugrunde liegt und bei dem es keinen Widerspruch zwischen Sinn und Zufall gibt.

Sonntag, 12.03.

Praxis

8.00 - 9.00 Uhr

- **Taijiquan & Tuishou**

9.00 Uhr
Frühstück

Theorie/Diskussion

9.45 - 11.00 Uhr

- **Gibt es außersinnliche Wahrnehmung?**

Der Begriff „Intuition“ wird unter anderem auch mit Telepathie, Hellsehen oder Präkognition in Verbindung gebracht. In den Kampfkünsten ist oft von einem „sechsten Sinn“ die Rede. In diesem Beitrag wird der gegenwärtige Forschungsstand der wissenschaftlich betriebenen Parapsychologie dargestellt und seine Bedeutung für die Kampfkunst diskutiert.

Praxis

11.15 - 12.45 Uhr

- **Kung Fu und Kreativität**

13.15 Uhr
Mittagessen

Praxis

14.15 - 15.00 Uhr

- **Schwertübungen**

- **Austausch und Abschluss** 15.15 - 16.30 Uhr

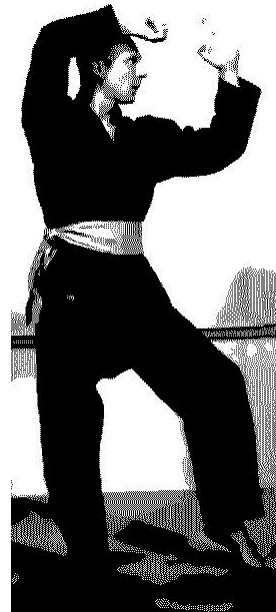
Zum Abschluss gibt es Gelegenheit, persönliche Eindrücke und Sichtweisen auszutauschen. Was nehmen wir mit von diesem Wochenende? Welche Konsequenzen haben unsere Einsichten für die Praxis? Mit einer Feedbackrunde zum allgemeinen Ablauf des Wochenendes wird die Veranstaltung beendet.

Leitung

Wolfgang Fach

Dipl.-Psych.

Kampfkunstlehrer



Mehr als 20 Jahre Praxis und Fortbildung in asiatischen Kampfkünsten und Stilen (Judo, Kung-Fu, Taijiquan, Qigong, Zheke). Persönliche und wissenschaftliche Beschäftigung mit fernöstlicher Philosophie, Spiritualität und Meditation (vor allem Taoismus, Buddhismus, Chan).

Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut (Integrative Therapie / Gestalttherapie). Seit 1995 tätig als wissenschaftlicher Mitarbeiter und Berater für Menschen mit außergewöhnlichen Erfahrungen am Institut für Grenzgebiete der Psychologie (IGPP) in Freiburg.

Leiter des *LongDo*, dem Institut für Integrative Kampfkunst & Psychologie. Eine ganzheitlich orientierte Übungs-, Bildungs- und Begegnungsstätte für KampfkünstlerInnen und andere interessierte Menschen auf der Tullastr. 40, 79108 Freiburg.

Anmeldung

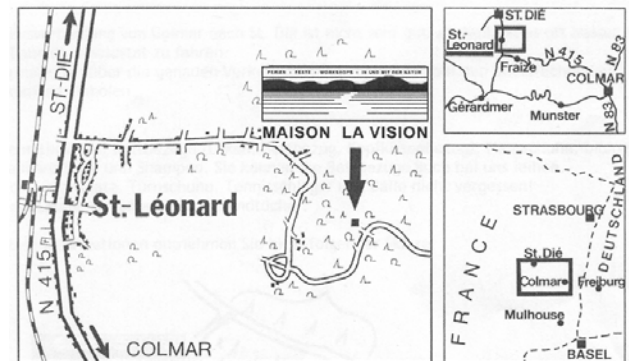
- Die Anmeldung erfolgt über das beiliegende Formular. Der Teilnahmebeitrag beinhaltet zwei Übernachtungen im Drei-, Vier- oder Sechsbettzimmer und vegetarische Vollpension. Die regulären Kosten betragen 195 € und 175 € ermäßigt für Studierende, SchülerInnen und Auszubildende.
- Schülerinnen und Schüler des LongDo Instituts zahlen vergünstigt nur 180 € bzw. 160 €. Bei Anmeldung und rechtzeitigem Eingang der Überweisung bis spätestens zum 31.12.2005 gilt ein besonders reduzierter Beitrag von 160 € bzw. 140 € für Studierende, SchülerInnen und Auszubildende.
- Der Beitrag ist unverzüglich mit der Anmeldung auf das Konto 662131806 der Postbank München, BLZ 70010080 zu überweisen.

- Die Zahl der TeilnehmerInnen beträgt maximal 26 Personen. Eine Teilnahmezusage mit zusätzlichen Informationen erfolgt nach der Reihenfolge der Zahlungseingänge ab Januar 2006.
- Die Anmeldung ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis zum 31.01.06 werden 50% des Teilnahmebetrages erstattet. Zu einem späteren Zeitpunkt können nur 30% des Anmeldebeitrages erstattet werden!
- Weitere Informationen: LongDo, Wolfgang Fach, Tullastr. 40, 79108 Freiburg, Tel.: 0761/55632-53, Fax: 0761/55632-54, E-Mail: info@longdo.de

Ort und Anreise

Das Wochenende findet im "Maison La Vision", einem Seminarhaus auf 540m Höhe im Naturpark „Parc Naturelle Régional des Ballons des Vosges“ statt. Neben gemütlichen Seminar- und Aufenthaltsräumen bietet es einen Kleinfeldsportplatz, eine große Biosauna mit Frischwasserpool und eine schöne Umgebung.

Wegbeschreibung: Nicht durch die Stadtmitte von Colmar fahren! Von Breisach aus am Kreisverkehr vor Horbourg-Wihr in Richtung Nancy / Straßbourg abbiegen. Beim nächsten Kreisverkehr in Richtung Straßbourg / St. Dié fahren, dann als nächste Abfahrt „St. Dié par Col“ nehmen und immer diesem Schild folgen. An Kaisersberg vorbei über den Col de Bonhomme und Plainfaing - Fraize - Arnould - St. Leonhard bis fast zum Ortsende fahren und beim Ortsausgangsschild rechts abbiegen. Eine detaillierte Skizze zum Wegverlauf wird mit der Anmeldebestätigung geschickt.



Maison La Vision
Benifosse-Chestiot
F-88650 Mandray
Tel. (33) 3 / 29 50 96 38
Fax. (33) 3 / 29 51 91 71

www.maison-lavision.de