

## **Karl Metzler**

Karl Metzler lebt in Freiburg. Er leitet die Ausbildung zum Lehrer/in für Körpersprache. Ausgehend von den Studien Sport, Psychologie, Pantomime, Tanztheater, Clown, Beziehungsarbeit und Meditation ist seine eigene Methode in der Arbeit mit Menschen gewachsen, die die verschiedenen Ansätze sinnvoll verbindet. Seit 30 Jahren verbindet sich in ihm Seminar-tätigkeit und künstlerische Übung. Lehrauftrag an der Universität Freiburg für Körpersprache und Sprache.



### **Ausbildung Lehrer/in für Körpersprache**

Die nächste Ausbildung beginnt im März 2019. Informationen bei [www.metzler-methode.de](http://www.metzler-methode.de)

### **Veröffentlichungen**

Sitzen in Stille -Buch  
Texte, geschrieben und gesprochen mit Audio CD zu beziehen über [www.metzler-methode.de](http://www.metzler-methode.de)

Artikel von Karl Metzler als PDF zu beziehen über [www.metzler-methode.de](http://www.metzler-methode.de)

- Die 6 Urgebärden
- Der Clown in Dir - Artikel in „Publik Forum“
- Körpersprache erleben – Die Kellerkinder  
Vortrag Atem Kongress Herrsching 2018

### **Kurs-Ort/Information/ Anmeldung:**

Gerda Alexander Schule  
Barbara Seitz  
Offenburgerstr. 25 (Alte Fabrik),  
79341 Kenzingen  
Telefon: 07644 5589245  
Email: [info@eutonie-ausbildung.de](mailto:info@eutonie-ausbildung.de)  
[www.eutonie-ausbildung.de](http://www.eutonie-ausbildung.de)

*Beziehung -  
wie sie ist ...*

*im Spiegel der  
6 Urgebärden*

*20. - 22. September 2019*

*Leitung Karl Metzler*



**Gerda-Alexander-Schule  
Kenzingen**

## Die 6 Urgebärden

- Die 6 Urgebärden aus dem Initiatischen Gebärdenspiel laden in klarer Struktur zu freiem Ausdruck ein.
- Wir arbeiten an der Bewusstwerdung dessen, was wir alltäglicher Weise meist unbewusst in unseren Gesten, Haltungen und Handlungen zum Ausdruck bringen.
- Damit zu experimentieren bedeutet, Gewohnheiten und Mechanismen aufzubrechen, mittels derer wir uns Lebendigkeit vom Leib halten.
- Im Spiel zu erleben, wie wir in Beziehung sind ist eine Quelle von Kraft und Natürlichkeit.
- Ausgehend vom Spiel der Gebärden begeben wir uns auf die Spur wie wir in Beziehung sind, welche unsere persönlichen Weisen sind, in Beziehung zu sein und wie Beziehung erfüllend sein kann und darin Sinn erlebbar wird.

### Leitung:

Karl Metzler [www.metzler-methode.de](http://www.metzler-methode.de)

**Kursgebühr: 190.- €**

### Überweisung:

Informationen zu Daten und Kontonummer werden von der Gerda-Alexander-Schule mitgeteilt

### Anmeldung:

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.  
Die Anmeldung ist verbindlich und erfolgt in der Reihenfolge des Eingangs einer Anzahlung von 20 € auf das Konto.

### Zeiten **20. - 22. September 2019**

FR 18.00 - 21.00

SA 10.00 - 13.00 15.30 - 18.30

SO 10.00 - 13.00

## Zusammenspiel

### Tonus - Spannung und Gebärde

In allem Ausdrucksgeschehen wirkt die Pulsation von Spannen und Lösen.

Eine ausgewogene Grundspannung ist wie eine gestimmte Seite einer Geige. Die ausgewogene Grundspannung bewirkt, dass die Einstellungen und Gefühle, die im Ausdruck mitwirken, dem entsprechen, was jemand eigentlich von seinem Innersten ausdrücken will. Darin ist Präsenz und Antwortbereitschaft.

Ist in diesem Sinne das Instrument gestimmt, entsteht eine vollständige Beteiligung und damit ein Teilnehmen am eigenen Leben.

In der Unterspannung gibt es eine Tendenz zur Unterbeteiligung und in der Überspannung eine Tendenz zur Überbeteiligung. Im Gebärdenspiel ist Raum, sich auf die Spur zu begeben nach der Einfachheit.

In einem Rahmen von Wertschätzung kann man dabei dem auf die Spur kommen, was dieser Einfachheit entgegenwirkt. Diese Entgegenwirkungen zu erleben, dazu zu stehen, sie zu sehen und davon abzusehen ist eine Spur zur Ganzwerdung und zu der Fähigkeit, sich „sich selbst gemäß“ auszudrücken.