



Herzliche Einladung zum Offenen Raum der Stille

Donnerstag, 15.06.2023

08.00 – 17.00 Uhr

Campus Scheffelberg, Wiese neben Hörsaalgebäude



Silence Space als offener Raum der Stille, angeleitete Übungen und Austausch – Die Veranstaltung findet im Rahmen des Studentischen Gesundheitsmanagement der WHZ mit Unterstützung der AOK Plus – Regionalcenter Chemnitz statt.

Weitere Informationen: <https://www.silencespace.net/>



Ablauf

08:55 - 09:15 Uhr - Yoga

- bitte gemütliche Kleidung mitbringen



10:55 - 11:15 Uhr - Meditation

- Üben Gleichmut und Mitgefühl



11:45 - 12:15 Uhr – Stille hören

- Raum in uns und um uns erkunden



12:50 – 13:30 Uhr – Aktives Zuhören nach Otto Scharmer

- Übung kultivierte, tiefgreifende Verbindung zu unserem Gegenüber aufzubauen



13:55 – 14:15 Uhr - Naturplatz

- Sitzplatz – Herzstück der Kernroutine für Naturverbindung kennenlernen



16 – 17 Uhr – Philosophieren über Stille

- Wie kann über Stille geredet werden?
- Wenn Stille nicht einfach bloß als die Abwesenheit von Leuten oder von Bewegungen interpretiert werden kann. Was ist Stille?

Wer sind wir?



„Die Stille ist das Herzstück in vielen Bereichen meines Lebens: in meiner Rolle als Lernbegleiter an einer Freien Naturschule, in meinem lebenslangen Studium der Philosophie und in meinen kontemplativen Naturbeziehungen.“ (Florian)



„Räume für Verbindungen zu uns selbst, einander und der Umwelt versuche ich als Studiengangskoordinatorin und im Rahmen des Kollektivs der Stille interaktiv, kreativ und inhaltlich zu kultivieren.“ (Fanny)

Das Konzept wurde im Rahmen der Masterarbeiten im Fach Global Change Management von Studierenden 2020 an der Hochschule für Nachhaltige Entwicklung Eberswalde entwickelt und mündete dann in der Geschäftsidee „Silence Space“