

Birds of summer fly
Gray sadness of winter falls
Deep within my heart
JH "W" 2021

HAIKUS SELBER VERFASSEN

- Stefanie Bednarzyk, Qigong-Lehrerin, Integrale Lebensberaterin
- Haiku ist eine traditionelle japanische Gedichtform, die in angepasster Form auch in Europa sehr beliebt ist. Haikus schreiben ist eine Übung in Wahrnehmung und Achtsamkeit. Es lockt die Kreativität durch den spielerischen Umgang mit Sprache. Gleichzeitig ist es wie eine Meditation mit Worten und führt in Entspannung. Wir konzentrieren uns ganz auf den Klang der Worte und lassen die wenigen Silben der Dreizeiler wirken.
Meist umfassen diese Kurzgedichte das Silbenmuster 5-7-5 und gehen von Naturwahrnehmungen aus. Rhythmus und Melodie sprechen Gefühle an und drücken sie aus. Die Konzentration auf die kurze, präzise Wiedergabe von Beobachtungen trainieren die Wahrnehmung.
- Samstag, 17.09.2022, 15:00 – 17:15 Uhr (Kursnummer 76L2011)
- Edith-Stein-Haus
- Teilnahmegebühr: 10,50 €

Anmeldung und Information: www.familienforum-neuss.de

