

## ● TERMIN & PREIS

Fr., 28.6., 18.30 h –  
So., 30.6.24, 14.00 h

Kursgebühr 250 €  
zuzüglich Vollpension  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 240634

## ● Hinweis

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass eine finanzielle Unterstützung für Workshops zur Selbsterfahrung durch den ZIST Förderverein e. V. möglich ist. Bei Interesse schreiben Sie uns an: [verein@zist.de](mailto:verein@zist.de).

## ● Anreise nach ZIST

Anreise Informationen scannen:



Falls Sie ein Taxi benötigen:

Taxi Zanker: +49-8856-2270 oder +49-172-8307339  
Taxi Murat: +49-8856-8690576 oder +49-176-31756445



ZIST ist ein Institut für persönliche und berufliche Fortbildung zur Entwicklung menschlicher Kompetenz durch Selbsterfahrung in Krisenhilfe, Wegbegleitung und Psychotherapie vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie und ist zudem Sitz der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

ZIST liegt in herrlicher Alleinlage im bayerischen Voralpenland in der Nähe von München.

## Das Programmangebot von ZIST umfasst



### SELBSTERFAHRUNG

- Workshops zur Selbsterfahrung in den Bereichen Persönliches Wachstum, Beziehungen, Gesundheit, Kreativität und Spiritualität.



### FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG

- Workshops zur Fortbildung und
- längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen in tiefenpsychologisch fundierten, potentialorientierten und Spiritualität integrierenden Verfahren.



### ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

- Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d) an der staatlich anerkannten *ZIST Akademie für Psychotherapie*.



### WEITERE ANGEBOTE

- Vorträge von namhaften Referenten und Dozenten (jeweils m/w/d).
- Schnuppertage.

## ZIST gemeinnützige GmbH

Zist 1 | 82377 Penzberg

E-Mail [info@zist.de](mailto:info@zist.de)  
Telefon **+49-8856-93690**

[www.zist.de](http://www.zist.de) | [www.zist-akademie.de](http://www.zist-akademie.de) | Facebook



Masako Ohta

## KLAVIERSPÜREN, KALLIGRAFIE UND TAI CHI

Eine spielerische Entdeckung von Klang,  
Bewegung und Stille



SELBSTERFAHRUNG – KREATIVITÄT

JUNI 2024

# ATEMWEG – KLAVIERSPÜREN, KALLIGRAFIE UND TAI CHI

## ● KURSBESCHREIBUNG

Atemweg – Leben mit fließendem Atmen ..., das ist das Kern-Motto des Workshops mit der japanischen Pianistin und Komponistin Masako Ohta.

Ihre Idee für das Klavierspüren – ein ganzheitliches Klavierspiel – gründet auf der Einsicht, dass wir schöne Klänge am Klavier durch Atmung wecken können. Dieser Prozess im Atmen ist verbunden mit der japanischen Kalligrafie.

Im Workshop lernen und üben wir einige schöne Schriftzeichen und Symbole, wie Herz 心, Baum 木, Wasser 水, zu kalligrafieren. Davor und dazwischen stehen Tai Chi Harmonie-Übungen, das ist die Kalligrafie für unsere Bewegung.

Vorkenntnisse für Klavierspielen sind nicht gefragt, denn es geht um *Spüren* und um *Entfalten*.

Wir alle haben in unserem Inneren wunderschöne Flügel. Lassen wir diese Flügel sich behutsam öffnen, uns entfaltend spielen, malen und spüren. *Spread your wings!*

Tai Chi, japanische Kalligrafie und Klavierklänge helfen bei der Zentrierung von Körper und Geist. Sie führen uns in die Stille.

## ● BIOGRAFIE



**Masako Ohta** stammt aus Tokio, Japan. Die Pianistin, Komponistin, Performerin und Dipl.-Klavierpädagogin ist in den Bereichen Klassische und Neue Musik, Improvisation, Film- und Theatermusik tätig. Sie unterrichtet Klavier und Kammermusik. Masako Ohta beschäftigt sich intensiv mit Poesie, Klang und Musik aus Japan und Europa sowie anderen Kulturkreisen und kreiert interkulturelle und interdisziplinäre Projekte und Konzertreihen. Sie ist Preisträgerin zahlreicher Musik- und Kulturpreise. Masako Ohtas Arbeit ist in Rundfunkproduktionen und auf CDs dokumentiert. "Masako Ohta ist eine Poetin des Klaviers." Münchner Feuilleton.  
[www.masako-ohta.de](http://www.masako-ohta.de)

