

Die Kraft des verkörperten Herzens

Eine Synthese aus körperorientierter Psychotherapie, Bodydynamic und Einsichten aus der Sufi Tradition

Termin:	Fr., 4.7.2025, 18.30 h bis So., 6.7.2025, 14.00 h
Ort:	ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr:	295 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer:	250730
Leitung:	Michael Rupp

In vielen Kulturen wird ein starkes Herz mit Mut und Aufrichtigkeit in Verbindung gebracht, so sagen wir zum Beispiel "sich ein Herz fassen", wenn wir etwas riskieren wollen. Oder wenn es darum geht, sich aufrichtig so zu zeigen, wie man sich fühlt.

Die Qualität unserer Herzgefühle wird darüber bestimmen, wie wir Beziehungen mit anderen Menschen erleben. Oft lassen wir uns nicht ganz ein, weil wir unser *Herz verschlossen haben*, um uns zu schützen. Dann wird die Beziehung oberflächlich und unbefriedigend.

Aber was macht ein Herz *stark*? Wie können wir anderen wirklich von Herzen begegnen?

Unsere Herzenskraft hat direkt mit dem Grad unserer Verkörperung zu tun. Unsere emotionale Kapazität hängt mit dem physischen Raum um unser Herz zusammen. Sind die umgebenden Muskeln alle eher hart, verschließen wir unseren Herzraum und pressen unser Atmen, was ein natürliches Fließen von Gefühlen verhindert. Wir *panzern* uns und die Welt wird kälter und andere eher als Objekte wahrgenommen.

Ist der Herzraum dagegen *zu offen*, sind wir zu ungeschützt. Dann fühlt es sich so an, als würden wir unser Herz an eine andere Person *verlieren*. Anstatt VON Herzen zu geben, geben wir unser Herz HER und fühlen uns schwach, abhängig und sentimental.

In diesem Workshop wollen wir einander emotionaler und lebendiger begegnen und den Grad an *Herzöffnungsbewusstsein* auf die jeweilige Begegnung abstimmen lernen. Dabei setzen wir spezifische Übungen ein, um an unserem Herzraum, unserer Atmung und der Verbindung zwischen Herz und Bauchzentrum zu arbeiten.

Stärke dein Herz und lerne auf seine Führung und Weisheit zu vertrauen!

[Flyer zum Herunterladen](#)

Michael Rupp

ist Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie in eigener Praxis in München. Davor war er viele Jahre als Sozialpädagoge in der Jugendhilfe tätig, davon fünf Jahre in der Leitung. Gleichzeitig arbeitete er im therapeutischen Fachdienst für zwei heilpädagogischen Tagesstätten. Er wurde in verschiedenen humanistischen Therapieformen, wie Bioenergetik und Arbeit mit dem Inneren Kind ausgebildet und studierte sieben Jahre Transpersonale Psychologie im Diamond Logos unter der Leitung von Faisal Muqaddam. Er ist Bodydynamic Therapeut, Supervisor und unterrichtet als Trainer Bodydynamic Foundation, Practitioner und Schock/Trauma in Deutschland und international, unter anderem in Kanada, England und der Türkei.

Internet: www.bodydynamic.de

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/die-kraft-des-verkoerperten-herzens>

55 Stunden TaKeTiNa nonstop / 55 Hours of TaKeTiNa nonstop

Ein Jubiläums-Workshop der besonderen Art / An anniversary workshop like no other

Termin: Do., 21.8.2025, 17.00 h bis So., 24.8.2025, 14.00 h
Ort: ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr: 550 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer: 250832
Leitung: Reinhard Flatischler, Anna-Maria Flatischler

Kurssprache Englisch / Course language English

TaKeTiNa feiert sein 55-jähriges Bestehen und gleichzeitig wird Reinhard Flatischler 75 Jahre alt – ein doppelter Anlass, um in die Welt des Rhythmus einzutauchen und zu feiern! Zu diesem besonderen Ereignis haben sich Reinhard und Anna-Maria Flatischler etwas Besonderes ausgedacht: 55 Stunden TaKeTiNa ohne Unterbrechung

Aufgrund der Besonderheit des Events veröffentlichen wir zur Kursbeschreibung die Einladung von Reinhard und Anna:

Dieser intensive Workshop wird an einem ganz besonderen Ort stattfinden – in ZIST, einem Ort, der die Entwicklung von TaKeTiNa über die Jahre stark geprägt hat. In dieser einmaligen Umgebung laden wir dich ein, in ein durchgehendes Rhythmusfeld einzutauchen, das von Reinhard, Anna-Maria und ihren Gästen gestaltet wird.

55 Stunden nonstop TaKeTiNa bietet die Möglichkeit, tief in die Rhythmen und inneren Bewusstseinsräume einzutauchen. Die durchgehenden Rhythmusreisen schaffen Raum, um verschiedenste Bewusstseinszustände zu durchlaufen: vom meditativen Eintauchen in den Rhythmus, über Phasen intensiver Präsenz, bis hin zu Momenten tiefer Entspannung und Klarheit.

TaKeTiNa in dieser Dauer bringt dich in einen Zustand, in dem sich innere Prozesse verstärken, Blockaden gelöst und tiefe, unbewusste Schichten berührt werden können. Diese Reise durch Rhythmen öffnet ein Tor zu einem tiefen, transformativen Erleben, das weit über das Alltägliche hinausgeht.

Du kannst frei entscheiden, wie intensiv du dich an diesem Workshop beteiligst. Die Teilnahme ist so gestaltet, dass du jederzeit ein- und aussteigen kannst, dich zurückziehen und dich wieder mit dem Feld verbinden kannst. Dieser freie Fluss ermöglicht es dir, deinem eigenen Rhythmus zu folgen und das Erlebnis auf deine Bedürfnisse abzustimmen

Egal ob du neu in TaKeTiNa bist oder bereits langjährige Erfahrung hast, diese 55 Stunden bieten die einmalige Gelegenheit, dich selbst und den Rhythmus in einer Tiefe zu erfahren, die in diesem Rahmen einzigartig ist.

Sei dabei, wenn TaKeTiNa und das Leben in seiner ganzen Fülle gefeiert werden!

TaKeTiNa celebrates its 55th anniversary, and Reinhard Flatischler turns 75 – a double occasion to immerse yourself in the world of rhythm and celebrate! To honor these milestones, Reinhard and Anna-Maria Flatischler have crafted an extraordinary event: 55 hours of nonstop TaKeTiNa Celebration

Due to the unique nature of this workshop, we are sharing a personal invitation from Reinhard and Anna-Maria to accompany the course description:

This special workshop will take place in ZIST, a place that has profoundly shaped the evolution of TaKeTiNa. In this remarkable setting, we invite you to step into a continuous rhythm field, co-created by Reinhard, Anna-Maria, and their guests.

55 hours of nonstop TaKeTiNa offer a rare opportunity to delve deeply into the realms of rhythm and consciousness. The continuous rhythm journeys guide you through a spectrum of states: from meditative immersion, through phases of heightened presence, to moments of profound relaxation and clarity.

This extended TaKeTiNa experience strengthens powerful inner processes, unlocking blockages and accessing deep, unconscious layers. It's a transformative journey through rhythm, opening doors to profound self-awareness and growth far beyond the everyday.

You have the freedom to choose how intensively you participate, with the flexibility to join or step away from the rhythm field as needed. This dynamic flow allows you to align with your own rhythm and tailor the experience to your personal needs.

Whether you are new to TaKeTiNa or already have years of experience, these 55 hours offer a unique opportunity to connect with rhythm and yourself on a profound level.

Join us in celebrating the fullness of life and rhythm as we honor this double anniversary!

[Flyer zum Herunterladen](#)

Reinhard Flatischler

wurde 1950 in Wien geboren und absolvierte ein Studium an der Wiener Musikuniversität, bevor er bei Meistertrommlern weltweit jahrelang Trommeln und Perkussion studierte. 1970 begründete er die TaKeTiNa Rhythmuspädagogik.

In über 25 Ausbildungen in Europa, den USA, Australien und Brasilien bildete er bereits mehr als 400 TaKeTiNa Rhythmuspädagogen aus.

Er ist Komponist und Begründer der legendären Gruppe *MegaDrums*, in der er einige der besten Perkussionisten unserer Zeit vereinte und mit ihnen auftrat, unter anderem Zakir Hussain, Airtó Moreira, Glen Velez, Leonard Eto (KODO), Samulnori und Milton Cardona. In Zusammenarbeit mit Johnny Bertl hat er mit *TaKeTiNa Symphonic* einen neuen Stil der sinfonischen Orchestermusik geschaffen.

Flatischlers einzigartige Arbeit verbindet die Bereiche Musik, Bildung, Therapie, Performance und Meditation. Er ist Autor von vier Büchern und Komponist/Produzent von acht preisgekrönten Alben, die Bestseller im Bereich rhythmusorientierter Musik sind.

Reinhard Flatischler was born in 1950 in Vienna and completed his studies at the Vienna University of Music before spending years studying drumming and percussion with master drummers around the world. In 1970, he founded the TaKeTiNa Rhythm Pedagogy.

Through more than 25 training programs in Europe, the USA, Australia, and Brazil, he has trained over 400 TaKeTiNa rhythm teachers.

He is a composer and the founder of the legendary group *MegaDrums*, which brought together some of the world's finest percussionists, including Zakir Hussain, Airtó Moreira, Glen Velez, Leonard Eto (KODO), Samulnori, and Milton Cardona. In collaboration with Johnny Bertl, Flatischler created a new style of symphonic orchestral music with *TaKeTiNa Symphonic*.

Flatischler's unique work bridges the fields of music, education, therapy, performance, and meditation. He is the author of four books and the composer/producer of eight award-winning albums, which have become bestsellers in the field of rhythm-oriented music.

Veröffentlichungen

TaKeTiNa – die heilsame Kraft rhythmischer Urbewegungen, Irisiana Verlag (2012)

Urkraft Rhythmus, Junfermann Verlag (2009)

Rhythm for Evolution, Schott Verlag (2006)

Rhythmus als Weg, Synthesis Verlag (2000)

Internet: taketina.com

Anna-Maria Flatischler

ist TaKeTiNa Rhythmuspädagogin im Master-Training und leitet gemeinsam mit Reinhard Flatischler Ausbildungen in Europa und Brasilien, sowie die Rhythmustherapie Weiterbildung in Nürnberg. Sie hat

Querflöte, Musikpädagogik, Musikvermittlung und Kammermusik studiert und verfügt über 20 Jahre Unterrichtserfahrung an Musikschulen und Musikhochschulen.

Als Informationsdesignerin und Geschäftsführerin von TaKeTiNa Online arbeitet sie an der Schnittstelle von Musik, Pädagogik und Design. Ihre Expertise wird durch zahlreiche Weiterbildungen im Bereich hypnotherapeutische Kommunikation am Milton Erickson Institut sowie durch Workshops im Bereich Stimme, unter anderem bei Lisa Sokolov, Daniel Prieto und in der Complete Vocal Technique, abgerundet.

Anna-Maria Flatischler is a TaKeTiNa Rhythm Teacher in Master Training and co-leads training programs in Europe and Brazil alongside Reinhard Flatischler, as well as the Rhythm Therapy advanced training in Nürnberg. She has studied flute, music pedagogy, music mediation, and chamber music, and brings over 20 years of teaching experience at music schools and universities.

As an information designer and managing director of TaKeTiNa Online, she works at the intersection of music, education, and design. Her expertise is further enriched by numerous advanced courses in hypnotherapeutic communication at the Milton Erickson Institute, as well as vocal workshops with Lisa Sokolov, Daniel Prieto, and in the Complete Vocal Technique.

Internet: [taketina.com](https://www.taketina.com)

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/selbsterfahrung/55-stunden-taketina-nonstop/55-hours-taketina-nonstop>

TaKeTiNa – Schnuppertag

Termin:	So., 28.9.2025, 10.00 h bis 17.00 h
Ort:	Shanti – Raum an der Treppe, München
Kursgebühr:	115 €
Kursnummer:	250940
Leitung:	Sabine Bundschu , Martin Höhn

Hier haben Sie die Gelegenheit, die von Reinhard Flatischler entwickelte Rhythmische Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa, die Gerald Hüther als die "Kunst, sich im Loslassen zu finden" bezeichnete, und Sabine Bundschu bei der Arbeit kennenzulernen.

[Flyer zum Herunterladen](#)

Sabine Bundschu

geb. 1959. Schauspielerin, Sängerin, Komponistin und TaKeTiNa Rhythmuspädagogin. Circle Singing Ausbildung bei Rhiannon. Gruppenleiterin TaKeTiNa, Stimme, Improvisation, Rhythmus Rahmentrommel. Freie Dozentin an der Theater Akademie München, *Hochschule für Schauspielkunst Ernst Busch*, Berlin,

Sibelius Academy Helsinki, Bayerische Philharmonie, Trauma Hilfe Zentrum München. Interaktive Konzerte und Workshops auf Kongressen und Firmen Events (Allianz, BMW, RTL, Wöhr, Marco Polo, IBM, DGfS). Sprecherin und Sängerin auf zahlreichen CDs.

Internet: www.sabinebundschu.de

Martin Höhn

geb. 1976. Focusing-Berater und -Ausbilder (DFI), Hochschuldozent und Musikpädagoge. Studium der Elementaren Musikpädagogik. Ausbildungen in Focusing-Therapie und TaKeTiNa. Langjährige Tätigkeit als Gruppenleiter und Kreativtherapeut.

Internet: www.martinhohn.de

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/weitere-angebote/taketina-schnuppertag-1>

Erforschung der Innenwelt

Systemische Therapie mit der Inneren Familie

Termin: Do., 2.10.2025, 18.30 h bis So., 5.10.2025, 14.00 h
Ort: ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr: 420 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer: 251034
Leitung: Irmgard Schmelcher-Haimerl

Faust beklagte, dass er zwei Seelen in seiner Brust habe. Ich habe eine ganze sich zankende Menge.
Otto von Bismarck

Was Goethes Faust und Bismarck beklagen, hat Dr. Richard C. Schwartz, einer der bekanntesten Familientherapeuten der USA, Anfang der 80er-Jahre als Chance für persönliche Entwicklung und Heilung erkannt. Er entwickelte die IFS Therapie (Inner Family System), indem er die systemische Sichtweise auf die Innenwelt übertrug und die Multiplizität unserer inneren Anteile als etwas Naturgegebenes respektierte, anstatt sie als Störung zu sehen.

Im Workshop wird IFS mit achtsamer Wahrnehmung des Körpers, bewusstem Atmen, Bewegung und einfühlsamer Berührung kombiniert. Die präzise und wertschätzende Vorgehensweise der IFS Therapie ist ebenso strukturiert wie flexibel und geht voller Respekt für das Tempo und die Ressourcen der Klienten (m/w/d) vor.

Der erfahrungsorientierte Workshop gibt einen Einblick in die Arbeitsweise der IFS Therapie. Durch körperliche Bewegungsabläufe aus den frühkindlichen Entwicklungsphasen können die Teilnehmer (m/w/d)

ihre inneren Anteile bewusst spüren und kennenlernen.

Die jedem Menschen innewohnende, oft brachliegende innere Weisheit und Klarheit, das Selbst, kann die Führung übernehmen und die inneren Teile von oft hemmenden Rollen befreien. Dadurch wird das innere System auf heilsame Art reorganisiert.

Dieser Workshop ist für alle, die an der Erforschung ihres Innenlebens und inneren Systems interessiert sind. Zudem ist er zur Fortbildung für Menschen, die mit Menschen arbeiten gedacht, da IFS sich sehr gut als Ergänzung für andere therapeutische Methoden eignet.

Die Teilnahme an diesem Workshop wird als Einführungsseminar für die IFS-Ausbildung anerkannt.

Näheres siehe unter: www.ifs-europe.net

Buchempfehlung

Richard C. Schwartz, *IFS – Das System der Inneren Familie. Ein Weg zu mehr Selbstführung.*

Uta Sonneborn, Ruthild Haage-Rapp, Christa Middendorf, Ana Cristina Pires, *SELBST-geführte Psychotherapie.*

[Flyer zum Herunterladen](#)

Irmgard Schmelcher-Haimerl

Dipl.-Sozialpädagogin (FH) und Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie in eigener Praxis. Seit 1991 unter anderem ausgebildet in Bioenergetik in ZIST sowie in ressourcenorientierter Fachberatung in Psychotraumatologie (DeGPT/BAG) und als IFS Therapeutin bei Richard Schwartz und Susan McConnell. Ausbildungsleiterin des IIFS-Instituts Berlin und Mitglied im Kernlehrteam des IIFS-Instituts Heidelberg.

Internet: www.ifs-institut-berlin.de, www.praxis-schmelcher-haimerl.de

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/erforschung-der-innenwelt-0>

Weil ich euch beide liebe

Familienaufstellungen zum Thema Kinder und Eltern

Termin: Fr., 28.11.2025, 18.30 h bis So., 30.11.2025, 14.00 h

Ort: ZIST Penzberg, Penzberg

Kursgebühr: 320 €

für beobachtende Teilnehmer: 285 €

(zuzüglich Vollpension)

Kursnummer: 251133

Leitung: Barbara Innecken

Dieser Workshop bietet Müttern und Vätern die Möglichkeit, Lösungen für Schwierigkeiten mit ihren Kindern mithilfe der Aufstellungsarbeit zu suchen. Darüber hinaus ist der Workshop ein Angebot für das Kind in uns, denn in Bezug auf unsere eigenen Eltern bleiben wir alle ein Leben lang Kinder.

Eltern machen sich Sorgen, wenn ihr Kind unerklärliche Wutanfälle, übermäßige Anhänglichkeit, Hyperaktivität oder anderes auffälliges Verhalten zeigt, wenn es Ängste oder Schlafstörungen entwickelt, sich nicht konzentrieren kann, nicht lernen möchte, ins Bett näst oder Krankheiten, wie zum Beispiel Asthma oder Allergien, bekommt. Familienaufstellungen ermöglichen eine neue Sichtweise auf solche und ähnliche Symptome von Kindern: sie helfen Eltern zu erkennen, worauf das Kind mit seinen Schwierigkeiten aufmerksam machen will. Väter und Mütter können mithilfe der Aufstellungsarbeit Lösungen zum Wohle ihrer Kinder entwickeln und den Familienalltag dadurch spürbar entlasten.

Auch wenn wir erwachsen sind, lebt das Kind in uns weiter. Das Kind, das in der Regel viel Gutes von seinen Eltern bekommen hat, aber auch Verletzungen, Nöte und Defizite im Zusammenhang mit ihnen erleben musste. Die Bindung an die Eltern ist die Grundlage für die weiteren Beziehungen, die wir in unserem Leben eingehen, seien es Partner, Freunde, Kollegen (jeweils m/w/d) oder unsere eigenen Kinder. Die Bindung an die Eltern beeinflusst das Grundgefühl, mit dem wir im Leben stehen, sie gestaltet unser Leben im Innen wie im Außen mit. Mithilfe der Aufstellungen können wir die Beziehung zu Vater oder Mutter betrachten, verborgene Dynamiken sichtbar machen, einen gesunden Abstand finden, unterbrochene Liebe zum Fließen anregen.

Die Aufstellungen in diesen Tagen werden von Fragerunden und Austausch in der Gruppe sowie von Singen und Bewegung begleitet.

Es werden traumatherapeutische Aspekte berücksichtigt.

Interessierte, Partner oder Therapeuten (jeweils m/w/d) können mit Gewinn – und zu verminderter Kursgebühr – als Beobachter und Stellvertreter (jeweils m/w/d) am Workshop teilnehmen, denn durch das Miterleben findet ein ständiger Erfahrungs- und Lernprozess statt, bei dem sich oft neue Perspektiven für das eigene Leben ergeben.

Teilnehmerzahl: 10 aufstellende Teilnehmer plus Beobachter (jeweils m/w/d)

Empfohlene Lektüre

Barbara Innecken: *Weil ich euch beide liebe – Systemische Pädagogik für Eltern, Erzieher und Lehrer.*
Tredition Verlag

[Flyer zum Herunterladen](#)

Barbara Innecken

Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Pädagogin, Sprachtherapeutin, Lehrtherapeutin für Systemaufstellungen (DGfS), NIG Dozentin und Gründerin des NIG Instituts. Sie arbeitet in eigener Praxis und lehrt das von Eva Madelung entwickelte Neuro-Imaginative Gestalten (NIG) im In- und Ausland. Ihr behutsamer und klarer Umgang mit Aufstellungsarbeit sowohl in der Selbsterfahrung als auch in der Fortbildung stützt sich auf ihre jahrzehntelange praktische Erfahrung mit verschiedenen therapeutischen Vorgehensweisen, unter anderem auch auf die Einbindung traumatherapeutischer Methoden.

Literatur (Auswahl)

Barbara Innecken: *Auf der Suche nach den gefundenen Kraftquellen*. In Jaquet, Ziepert und Ohler (Hrsg.): *Vom Träumen und Aufwachen*, Carl-Auer Verlag, 2022

Barbara Innecken: *Bildhafte Ressourcen*. M. Lockert (Hrsg.): *Perlen der Aufstellungsarbeit*, Carl-Auer Verlag, 2018

Barbara Innecken: *Traumaspesifische Vorgehensweisen in Aufstellungen*. In Bourquin und Nazarkiewicz (Hrsg.): *Trauma und Begegnung*, Vandenhoeck & Ruprecht, 2017

E. Madelung und B. Innecken: *Im Bilde sein. Vom kreativen Umgang mit Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe*, Carl-Auer Verlag, 2015

Barbara Innecken: *Weil ich euch beide liebe – Systemische Pädagogik für Eltern, Erzieher und Lehrer*, Tredition Verlag, 2015

Internet: www.barbara-innecken.de, www.nig-institut.de

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/selbsterfahrung/weil-ich-euch-beide-liebe-1>