

# Komm! ins *Offene*

**AUFTÄKT**  
20. / 21. MÄRZ 21  
Einführung · Konzert · Seminar

in den Räumen der  
Magda Bittner-Simmert Stiftung  
Schwedenstr. 54  
80805 München

Träger ist der gemeinnützige  
Verain Echzeithalle e. V.  
echtzeithalle.de

Weitere Informationen  
in der Homepage:  
komm-ins-offene.de  
info@komm-ins-offene.de  
Independent Center  
Ulrike Trüstedt  
Agnesstr. 39  
80798 München

Entdecke den Zugang zur Welt,  
in deiner Einzigartigkeit,  
mit deiner Intuition,  
deiner Selbstwahrnehmung.  
Bewusstes Wahrnehmen ist mehr als  
die Summe sinnlicher Wahrnehmungen.  
**Komm! ins Offene**

Wie würde unsere Welt aussehen,  
wenn wir uns mit offenen Blicken  
auf das Dasein einließen, wenn  
wir uns Menschen wie Dingen  
mit allen Sinnen annäherten und  
dabei neue Wahrnehmungssäume  
öffneten?

Wir würden nicht bewerten,  
was wir sehen, hören, riechen,  
schmecken, fühlen und statt  
dessen das absichtslose Staunen  
entdecken.

Das Wahrgenommene – sei es eine Bewegung, ein Klang,  
ein Ereignis neu in unser Bewusstsein aufzunehmen und der  
Verstand dabei das Gefühl nicht ausspielt, was ereignet sich dann?  
Was wäre, wenn wir lernten, in unserer rasenden Zeit innezuhalten  
und mit dem innezuwerden, was uns umgibt?  
Wir würden wahrnehmen können, was uns im Innern bewegt,  
und spielerisch lernen, uns vertraut zu machen mit uns selbst  
und der Welt.

**erkunden – wahrnehmen – erfahren – erkennen**

Das eigene Empfinden und Wahrnehmen als Erkenntnisquelle  
zu entdecken und sich dieser wertvollen Ressource bewusst zu  
werden, ist mein Anliegen. Zu den Seminaren werden auch  
Lesungen, Konzerte und Vorträge angeboten.