



UTOPIA TOOLBOX WERKZEUGTAG

# EINSAMKEIT

mit **Marcel Geisser, Zenmeister, CH**  
und **Dagmar Jauernig, Zenlehrerin, CH**  
und dem **UTOPIA TOOLBOX Team**

**Freitag, 08. September 2017 ab 14:00 h, Ende offen**

Einsamkeit oder Allein sein – wieviel brauchen wir von beidem? Wie kommt es, dass wir trotz hochentwickelter technischer Kommunikationsmöglichkeiten uns immer wieder einsam fühlen oder davor fürchten? Ist Einsamkeit ein gesellschaftliches Phänomen oder individueller Mangel? Warum sind wir manchmal sogar in Menschengruppen einsam? Wie fühlt sich Fjodor Tremesow, der allerletzte Einwohner eines sibirischen Dorfes? Sind Leuchtturmwärter glücklich? Was ist eigentlich „mutterseelenallein“? Warum boomen die Kontaktbörsen? Ist Einsamkeit überhaupt ein Makel? Wird man notwendigerweise einsamer, je näher man der Essenz kommt? Ist Alleinsein die unbedingte Grundlage dafür, mit uns selbst in Dialog zu gehen? Wie ist die spirituelle Sicht der Einsamkeit? Wie steht es mit der Einsamkeit der radikal Kreativen, der Utopisten? Wie können wir der individuellen und gesellschaftlichen Einsamkeit mit den Mitteln der Kunst begegnen?

**MARCEL GEISSER** ist Zen-Meister in der Linji-[Rinzai]-Zen-Tradition. Er praktiziert seit 1968 Zen und lernte bei mehreren Meistern in Asien, Europa und den USA: Thich Nhât Hanh, der ihn 1994 zum Dharmacharya autorisiert hat, dem indischen Meditationslehrer S.N. Goenka, Zen-Meister Ku San in Südkorea, und Joseph Goldstein, USA. Ausgebildet in Gestalttherapie und Bioenergetischer Analyse, leitete er 17 Jahre lang Gruppen in humanistischer Psychologie. 1986 gründete er das Meditationszentrum Haus Tao südlich des Bodensees und ist seit 1990 vollamtlicher Dharmalehrer. 1999 gründete er die Sati-Zen-Sangha als klar ausgerichtet westlichen Weg. Marcel Geisser bemüht sich um innerbuddhistischen und interreligiösen Dialog. Er ist Vizepräsident des World Buddhist Summit, Japan und Autor des Buches „Die Buddhas der Zukunft“, ISBN: 9781301069319.



**DAGMAR JAUERNIG** ist Schülerin von Marcel Geisser Roshi und seit 2011 zur autorisierten Zenlehrerin. Sie begegnete der Zen-Meditation 1993 und praktiziert seit 1997 regelmässig im Haus Tao, dessen Co-Leiterin sie ist. Zugleich ist sie auch Yogalehrerin. Verschiedene 4-6-wöchige Retreats in der Schweiz und den USA bereicherten ihre Meditationspraxis. Derzeit bildet sie sich im Erforschen und Begleiten von Veränderungsprozessen durch Focussing weiter.

The whole conviction of my life now rests upon the belief that loneliness, far from being a rare and curious phenomenon, is the central and inevitable fact of human existence.  
Thomas Wolfe, *God's lonely man*

### Ablauf

Vortrag von Marcel Geisser und Dagmar Jauernig zum Thema aus spiritueller Sicht.  
Mit sich allein sein – eine Zen-Übung. Werkstattgespräche mit Fragen und Antworten.  
Physische Erfahrungen zum Thema Einsamkeit. Bilder und Versatzstücke zur Einsamkeit.  
Installation von 1500 von der Strasse aufgelesenen, einzelnen Handschuhen, von Juliane Stiegele.  
Aktion über den Tag hinaus. Etc.

Für einfache Verpflegung ist gesorgt.  
Bitte warme Kleidung anziehen.

### Teilnahmegebühr

60 Eur.  
Darin enthalten sind Kaffee/Kuchen und Abendessen.

In Ausnahmefällen kann **nach vorheriger Rücksprache** statt der Teilnahmegebühr auch mit 5 Std Arbeitszeit für UTOPIA TOOLBOX bezahlt werden.

### Anmeldung unter [office@utopiatoolbox.org](mailto:office@utopiatoolbox.org)

**Eine Anmeldung ist notwendig, da wir über eine begrenzte Zahl an Teilnehmerplätzen verfügen [max. 20]. Mit der Überweisung der Teilnahmegebühr vorab wird die Anmeldung verbindlich.**

Konto: UTOPIA TOOLBOX, Kennwort WERKZEUGTAG – EINSAMKEIT  
Hafnerbank Augsburg  
IBAN DE 8972 0302 2700 4058 1001  
BIC ANHODE77XXX

Die **WERKZEUGTAGE** wagen eine Annäherung von möglichst vielen Seiten und mit allen Sinnen an ein individuell, gesellschaftlich oder global brisantes Thema. Durch unverbrauchte Arbeitsformen tun sich Räume auf, die uns in Offenheit und Neugier versetzen. Es sind nicht nur Experten ihres Faches eingeladen, ihre Erkenntnisse und Fragen mit uns zu teilen, sondern auch Experten des Alltags, und selbstverständlich die Teilnehmenden, wie wir selbst. Das Ende der Werkzeughtage bleibt grundsätzlich offen, sodass sich freie Zeitformate entwickeln können.  
Der Werkzeughtag hat funktioniert, wenn mindestens **eine** konkrete Idee oder ein Gedanke sich später in der Realität manifestieren. Uns interessiert die tatsächliche Konsequenz auf das Morgen. Die einzelnen Werkzeughtage unterscheiden sich in Form, Ablauf und Dauer erheblich.

**UTOPIA TOOLBOX**, Generatorenhalle, Wertachstr. 29a, D – 86153 Augsburg  
[office@utopiatoolbox.org](mailto:office@utopiatoolbox.org)  
0162 5194 507

[www.utopiatoolbox.org](http://www.utopiatoolbox.org)