

# ”Det usynlige mennesket i oss”

Kurs med Kathrin Studer-Senn og Hans Rudolf Studer i Oslo  
22.-24. april 2016, både i Josefines gt 12 og Oscars gt 10

**Å ha en forståelse for det usynlige mennesket i oss, er viktig for å kunne utvikle en dypere erkjennelse av oss selv, og som inspirasjon og veiledning på skoleringsveien.**

Kurset henvender seg til lærere og helsepedagoger, eurytmister, terapeuter og leger og andre interesserte. Det understøttes og suppleres gjennom eurytmiøvelser med helseeurytmist Hans Rudolf Studer. *Kurset forstås og tilegnes best ved å følge det i sin helhet.*

Kathrin Studer-Senn arbeider internasjonalt med temaet ”Det usynlige mennesket i oss” og gjør en banebrytende innsats for å vekke forståelse for hva det dreier seg om; gjennom foredrag og øvelser. Hun har utgitt en bok som er oversatt til dansk, *Det usynlige menneske i os – studier og øvelser*, på Jupiter forlag (92 sider), som kan kjøpes i Antropos bokhandel. Den bygger på Rudolf Steiners foredrag med samme tittel (GA 221) som ble holdt i Dornach 11. februar 1923. Boken vil være en god forberedelse og bearbeidelse av kurset, og vi har hentet følgende sitat: *Hos mennesket går blodprosessen egentlig alltid mot periferien – sentrifugalt. Nerveprosessen som egentlig er en nedbrytningsprosess, går alltid sentripetalt, mot menneskets indre. Og alle prosesser som foregår i mennesket er metamorfoser av disse prosessene.*

Les også om Biøvelsene av Rudolf Steiner [no.wikipedia.org/wiki/Biøvelsene](http://no.wikipedia.org/wiki/Biøvelsene)

## PROGRAM

<b>FREDAG 22. april</b>		<b>Hvor</b>
18.00 - 18.20	Velkommen, felles-eurytmi med Hans Rudolf Studer	Josefines gt 12
18.30 - 20.00	Foredrag: Det usynlige mennesket i oss. Hvor kommer det fra? Hvordan virker det i våre liv? *	Oscars gt 10
	<i>PAUSE: Drikke/te/kaffe – frukt/kjeks/nøtter</i>	Oscars gt 10
20.15 - 21.00	Første øvelse: Fornemmelsesøvelser i legemet. (Wahrnehmungsübungen im Leib)	Oscars gt 10
<b>LØRDAG 23. april</b>		
10.00 - 10.45	Felles-eurytmi med Hans Rudolf Studer	Josefines gt 12
11.00 - 12.15	Foredrag: Repetering av jeg-strømmene, bl.a. ensidigheter.	Oscars gt 10
	<i>PAUSE: Drikke/te/kaffe – frukt/kjeks/nøtter</i>	Oscars gt 10
12.40 - 13.30	”Matrjosjka”-øvelse: Vårt legeme som sanseorgan.	Oscars gt 10
	<i>MIDDAGSPAUSE – Servering (ikke inkludert, må bestilles)</i>	Josefines gt 12
15.30 - 16.30	Iakttakelses-øvelser med sten og planter.	Oscars gt 10
	<i>PAUSE: Drikke/te/kaffe – frukt/kjeks/nøtter</i>	Oscars gt 10
17.00 -18.15	Foredrag om temaet	Oscars gt 10
18.15 -18.30	”Matrjosjka”-øvelse og eurytmi	Oscars gt 10
18.45 - 20.00	KVELDSMAT – Servering (ikke inkludert, må bestilles)	Josefines gt 12
<b>SØNDAG 24. april</b>		
10.00 - 11.00	Felles-eurytmi med Hans Rudolf Studer	Josefines gt 12
11.00 - 12.00	”Matrjosjka”-øvelse og biøvelsene.	Oscars gt 10
	<i>PAUSE: Drikke/te/kaffe – frukt/kjeks/nøtter</i>	Oscars gt 10
12.20 - 14.00	Vensensledd-diagnose.	Oscars gt 10
14.00 - 14.15	Avslutning	Oscars gt 10

\* Foredragenes holdes på tysk, med oversettelse til norsk ved Raphael Kleimann

## KURSHOLDERE

**Dr. med. Kathrin Studer-Senn** har i 11 år vært lege ved den internasjonalt kjente kreftklinikken Klinik Arlesheim (Ita Wegman Klinik & Lukas Klinik) i Sveits. Siden 1984 har hun hatt egen praksis som allmennpraktiker, først i Dornach og fra 1989 i Zürich. Hun har spesialisering innenfor kreftscreening og konstitusjonell behandling, med psykotераpeutisk veiledning på grunnlag av antroposofisk antropologi. Fra 1985-2004 var hun skolelege ved forskjellige Rudolf Steinerskoler, helsepedagogiske- og sosialterapeutiske institusjoner. Siden 1992 har hun hatt en omfattende foredrags- og kursvirksomhet om antroposofisk menneskekunnskap.

**Terapeutisk eurytmist Hans Rudolf Studer** har studert skole- og kirkemusikk i Zürich. Han var musikk lærer ved Waldorf Schule Zürich i 7 år. Etter eurytmistudiet og studium i terapeutisk eurytmi virket han som eurytmi- og musikkterapeut i en legepraksis, før han utdannet seg som naturlege, psykotераpeut, samt Bowen- og Emmenterapeut. Sammen med ektefellen Kathrin Studer-Senn har han holdt kurser i Italia, Russland, Brasil, Armenia og Tyskland.

## ARRANGØRER

Antroposofisk Selskap i Norge, Høyskolekretsen for medisin, terapi og landbruk, Norske Legers Forening for Antroposofisk Medisin (NLFAM) og Eurytmistforbundet.  
Initiativtager: Bergljot Sanden.

## PÅMELDING

Påmeldingsfrist er 18. april. Maks 60 deltakere.

**Påmelding til Ellen Spørck Gabriel**, m 97602114, [ellen.s.gabriel@gmail.com](mailto:ellen.s.gabriel@gmail.com)

Ved påmelding oppgi: Navn, adresse, epost og telefonnummer.

**For mer informasjon om kurset, kontakt:**

Bergljot Sanden, m 478 50 824, [bergljotsanden@gmail.com](mailto:bergljotsanden@gmail.com)

Sissel Jenseth (ASN), m 975 63 875, [jenseth@online.no](mailto:jenseth@online.no)

## PRIS og BETALING

**Deltakeravgift:** 1000/700 kroner (inkl. pauseservering).

Kurset betales fortrinnsvis i forkant eller ved ankomst når dette er avtalt.

**Servering i Josefines gate kommer i tillegg og må bestilles ved påmelding.** Oppgi om du ønsker vegetar, glutenfri eller annet. MIDDAG lørdag kl 13.30-15.30. Pris 150 kr.

KVELDSMAT lørdag kl 18.45 - 20.00. Pris 70 kr.

**Innbetaling av deltakeravgift og servering betales til:**

ASN kontonummer: 1254.05.58262. *Merk innbetalingen: Kurs 22.-24.4.2016 og ditt navn.*

Ved betaling fra utlandet: IBAN-nr. NO68 1254 0558 262, BIC: CULTNOK1

## ANKOMST JOSEFINES GT 12 og OSCARS GT 10

Offentlig transport: Tog/flytog til Nationaltheatret stasjon. Kort spasertur på cirka 15-20 min.

Trikk 17 og 18 til Dalsbergstien holdeplass, trikk 11 til Homansbyen (i Hegdehaugsveien) eller

buss 21 til Homansbyen (i Josefines gate). For mer info, se <https://ruter.no/reiseplanlegger>

## RIMELIG OVERNATTINGSMULIGHET I NÆRHETEN

Ellingsens pensjonat, Holtegata 25, tlf. +47 22 60 03 59, [www.ellingsenspensjonat.no](http://www.ellingsenspensjonat.no)

Cochs pensjonat, Parkveien 25, tlf. +47 23 33 24 00, [www.cochspensjonat.no](http://www.cochspensjonat.no)

Sta. Katarinahjemmet, Gjestehus, tlf. +47 23 21 54 10, <http://katarinahjemmet.katolsk.no>

Gjestehuset Lovisenberg, Lovisenberggaten 15a, tlf. +47 22 35 83 00, [www.lovisenberg.no](http://www.lovisenberg.no)