

Rückblick auf die Frühjahrstagung 2023

H.A. Almaas: **Die „Löcher“**

Typübergreifende und typspezifische Wege zum Höheren Selbst.

Mein Bericht beginnt mit Euren Rückmeldungen in der Schlussrunde -
in Stichworten, ohne Anspruch auf Vollständigkeit:

Ich und mit Euch bin sehr froh hier gewesen zu sein; Danke fürs Wochenende, toll Martins Beitrag; gar nicht so schwer; ...nach einer Fluchtbewegung – Danke, es hat viel gebracht, ich habe mich wohlgeföhlt, mich zu zeigen; Dankbar für den Raum und Rahmen der gefunden wurde, Erlebnis der Einheit, empfinde Demut und genieße das Geschenk; es geht mir besser heute, Panel ☺☺☺, in der Begegnung mein Herz gespürt; ein besonderes Gefühl --> was ist jetzt da; gemeinsamen Geist gespürt; Freude, dass alles gut gelungen ist, ohne Konkurrenz gelungen ist; ich habe wie zu Hause Familie geföhlt, dabeibleiben ☺; wichtige Gruppe von Menschen --> Klasse!! Martin!! Entwicklung ☺☺ Danke für alles, aushalten am Anfang hat sich gelohnt; das Thema erlebt!!! Ahnung --> Gewissheit es geht nicht ohne Euch, bin dankbar, mich eingelassen zu haben, habe einen Goldklumpen / Essenz gefunden; ein außergewöhnliches Seminar, emotionale Achterbahn erlebt, ☺☺☺ Panel, Danke; extremes Auf und Ab, Danke!!! Sehr wohl geföhlt, bin froh, dass es stattgefunden hat, nehme Denkanstöße mit, danke an alle; das was ich erlebt habe, schafft mit mir, jetzt stehe ich im Loch --> durchgehen!! Heil froh, hier gewesen zu sein, Unruhe / Frieden / Unwohlsein; Vereinsgründung --> Thema Löcher, der Kreis ist gewachsen, sehr schön hat gut geschmeckt; bin dankbar; Bild als Geborgenheit gespeichert; jetzt dankbar, habe Zärtlichkeit geföhlt; Teacher-Traum erfüllt: mit und ohne Jürgen geht es; bin beeindruckt wie sich der Raum füllen konnte, hatte schon gepackt; Dankbarkeit etwas hat sich geföhlt;

Euren Worten folgend und einigen Gesprächen entnehmend: Es war ein sehr intensives und überraschendes Wochenende. Es hat uns als Menschen bewegt, und uns im Verein ein Stück nähergebracht.

Herzlichen Dank an Jürgen für den hinführenden Einstieg ins Thema!

Der, aufgrund eines einschneidenden Ereignisses, den Workshop abbrechen musste. Auf schicksalhafte Weise zeigte sich das Thema sehr deutlich – ein Loch tat sich auf!

Unvorhersehbar sind wir mit dem praktischen Umgang konfrontiert worden. Wie gehen wir damit um, war auch unsere Frage im Vorstand. Wie groß war die Versuchung für Sekunden, das Loch zu stopfen, schnell Strukturen zu schaffen. Sehr schnell konnten wir uns auf eine achtsame Art des weiteren Verlaufs verständigen. Sehr wichtig war uns, alle miteinzubeziehen und eine tragfähige themengerechte „step by step“ Struktur mit viel Prozessfreiraum anzubieten.

Unsere Leitlinien: Weniger ist mehr! Schritt für Schritt! Achtsam Raum geben!

Freitag: Jürgen hat uns nach einer einstimmenden Meditation methodische Formen im Diamond Approach dargestellt: Meditation, Sensing-Looking-Listening, Inquiring. Eine Wahrnehmungsübung führte uns in die Praxis ein.

Fragen wie: Bin ich noch auf meiner Spur im Leben? Wie und wo erlebst du Sinnhaftigkeit? Wie oder wo erlebst du Mangel? konfrontierten uns mit der eigenen Wahrheit, Oberfläche und Tiefe.

Nach der offiziellen Bekanntgabe am Samstag - Jürgen wird den Workshop nicht weiterführen - hielten wir inne, spürten unseren Gedanken, Handlungsimpulsen und Gefühlen nach. Der anschließende „Rundgang“ machte unser Empfinden sichtbar und hörbar – wir konnten anteilnehmen und Zeugen sein. Sich Zeit nehmen, hinspüren ohne etwas tun zu müssen, längere Pausen ... nehmen.

Der Samstag beginnt mit einer -von Martin angeleiteten- Meditation.

Unseren Überlegungen und Eurem Einverständnis folgend, führte Bernhard in das „Dreieck“ Essenz – Selbst – Mangel ein. Die repetitive Frage „Wie erfährst du den weg zum Mangel“ vertiefte persönlich das Thema Mangel.

Birgit leitete das Kopf-Panel (5-6-7).

Die Teilnehmenden boten Einblicke in das Erleben und den Umgang mit dem Mangel, den Löchern.

Das Herz-Panel -geleitet durch Andrea- führte uns zur Wahrnehmung der 2-3-4 Typen.

Catherin und Bernhard führten durch das Bauch-Panel der 8-9-1 Typen.

Wie unterschiedlich reagieren die Zentren auf dem Weg, die Essenz zu erlangen.

Mit einer Einführung in den Diamond Approach schloss Martin die Tagung Inhaltlich ab.

Wie können wir die Anpassung – die auch die Ausbildung unseres Typs bedingte- hinter uns lassen, uns wieder mit dem Gesamten -der Essenz- verbinden, das eigene Ego gegen das Sein „eintauschen“.

Ein langer Weg,

und dieses Wochenende konnten wir ein Teilstück gemeinsam gehen 

Stefan