



NEBEN DER SPUR

Lebens-Übergänge & Neu-Ausrichtung

KRETA INTENSIVE 2024
vom 26. August - 06. September 2024

Eines Abends, nachdem der virtuose Gitarrist Andrés Segovia sein Konzert beendet hatte, trat jemand auf ihn zu und sagte:
„Maestro, ich gäbe mein Leben, um so spielen zu können wie Sie.“

Andrés Segovia antwortete:
„Genau das ist der Preis, den ich dafür bezahlt habe.“

Wenn es um die schwierige Aufgabe geht, die Ausrichtung für das eigene Leben (neu) zu finden, tauchen häufig Zweifel, Unsicherheit und Ängste in uns auf:

- handelt es sich hierbei eher um einen emotionalen oder einen rationalen Prozess?
- muss ich mein Herz oder meinen Verstand nach meiner Bestimmung fragen?
- entscheide ich oder finde ich heraus?
- muss ich ein einmal eingeschlagenen Weg beibehalten?

- und die wahrscheinlich bedeutsamste aller Fragen:
kann ich einen falschen Weg einschlagen?

Wir gehen heute nicht weniger durch die existentiellen Übergänge des Lebens als früher.

Unabhängig davon, ob wir statt mit Steinwerkzeugen heute mit Tastatur, Maus und Bildschirm hantieren, sind die Brüche im Leben die gleichen geblieben: die Veränderung in Selbstbild und Identität während der Pubertät, des Erwachsenwerdens, der Lebensmitte, in Alter und Tod.

Sie sind nach wie vor die einzigen sicheren Lern- und Wachstumsstationen in unserem Lebensweg.

Im Zeitalter der „Best-Ager“ ist es aber genau das Alter, das wir mit allen Mitteln versuchen, zu vermeiden. Während unsere individuelle, menschliche Seele, das in ihr angelegte Potential im Laufe der Lebensjahre immer mehr zum Ausdruck bringen will, anerkennt unsere Gesellschaft zunehmend nur durchtrainierte Körper, faltenfreie Gesichter und hochdynamische Menschen. Statt uns zu bewähren, geht es zunehmend darum, zu bewahren.

Wer sich mit den Jahren wandeln möchte und Übergänge bewusst durchläuft, wird von den Mitmenschen weniger anerkannt und gefeiert – Veränderung macht zunehmend Angst und verunsichern.

Aber wie anders können wir uns in unserem Leben weiterentwickeln und reifen?

Die bewusste Auseinandersetzung mit unseren Lebensübergängen ermöglicht es uns erst, unser Leben auch in Lebensstufen wahrzunehmen und diesen entsprechend unser Leben zu gestalten.

Dazu ist es nötig, sich mit der gegenwärtigen Lebenssituation zu beschäftigen – was passt noch, und was sollte verabschiedet werden.

Nur so können wir die Potentiale erkennen, die im Wandel für uns verborgen liegen.

Wir sollten wieder lernen zu verschenken und Überholtes loszulassen, um auch in den Genuss zu kommen, was wir darüber vom Leben an Neuem geschenkt bekommen.

In der Auseinandersetzung mit unserer Lebensgeschichte, mit all unseren Unzulänglichkeiten und vermeintlichen Fehlern, lernen wir letztendlich anzunehmen, was tatsächlich IST.

So aber lernen wir auch unsere bisherigen Grenzen zu weiten, vielleicht sogar zu überwinden, um dann die darin liegenden schöpferischen Potentiale zu erkennen und anzuerkennen, die jedem Lebensabschnitt innewohnen.

In den Tagen des diesjährigen Kretaseminars werden wir uns damit beschäftigen, herauszufinden, welches Thema, welche Kraft, welche Sehnsucht sich in deinem Leben jetzt gerade Bahn brechen möchte.

Dafür setzen wir uns mit unseren Prägungen, Glaubenssätzen und Lebensmustern auseinander.

Bildhaft gesprochen, schauen wir in unseren Rucksack des Lebens, den wir auf dem Rücken tragen.

Wir verabschieden, lassen Dinge hinter uns und im Angesicht des Spiegels der wunderbaren Natur und Natürlichkeit, die uns

in unserem Seminarzentrum umgibt, und uns auch auf unseren Ausflügen begleitet, erhältst du sehr schnell und sehr direkt Erfahrungen und Erkenntnisse über dich, deine Potentiale, Ressourcen und Sehnsüchte.

Eine Frage genügt, um die Tiefe und Kraft dieser Seminarzeit zu erspüren:

Müsste ich heute sterben, habe ich dann in diesem Leben genug geliebt, gelacht, gelebt....?

In der Gemeinschaft und der Ehrlichkeit und Offenheit, in der wir als Gruppe miteinander unterwegs sind, entsteht sehr viel leichter als in unserem Alltag die Bereitschaft, in diesen Tagen zu neuen Ufern aufzubrechen.

Gemeinsam mit dir werde ich deine ganz persönliche Reise mit entsprechenden Herausforderungen und Zielsetzungen entwickeln, so wird es eine intensive Einzelbegleitung für dich und dein Thema geben.

Die individuellen Prozesse aller Teilnehmer*innen werden verwoben mit täglichen, gemeinsamen Meditationsangeboten, Gesprächsrunden und Austausch, Gruppenausflügen zu Land und Wasser.

So bist du auch immer fest verankert im alltäglichen Miteinander in der Gruppe und in ein gemeinsames Rahmenprogramm:

wir wohnen, essen und leben miteinander im wunderschön gelegenen Metacom- Seminarzentrum an der Südwestküste Kretas.

Hier sind wir zusammen als Gruppe in einem gut geschützten Raum – von hier aus unternehmen wir ganz bewusst unsere Ausflüge hinaus in die Welt.

Viel Freiheit also, dich auszuprobieren – aber mit der Möglichkeit, dies immer wieder zu reflektieren und dich so, in deinem ganzen persönlichen Potential, besser kennenzulernen und zu entfalten.

Die Fähigkeit zur Reflexion ist das, was ein bewusstes Leben von einem Unbewussten unterscheidet.

Auf der Insel Kreta schenkst du dir 12 Tage der Reflektion, um dich mit dir und deiner momentanen Lebenssituation, deinem persönlichen Lebensübergang, deinem neuen Projekt, deiner Zukunftsvision und Neu-Ausrichtung auseinanderzusetzen und mehr Klarheit und Orientierung für einen bewussteren Lebensweg zu gewinnen.

Sinn kann nicht gegeben, er muss gefunden werden... sagt Victor E. Frankl.

Ich freue mich darauf,
mit dir auf diese Suche
zu gehen,
herzlichst,

Brigitte

