



©Hans-Peter Regele

ARKANUM - Praxis für Therapie
Hans-Peter Regele

Enzisweilerstraße 16, 88131 Lindau, Tel. 08382 - 27 52 12
Mail: hans-peter@regele-arkanum.de, Web: www.regele-arkanum.de

Lindau, 29. Juli 2019

Herzlich willkommen zum ARKANUM - Newsletter
für September und Oktober 2019

Liebe Seelenreisende,

mit dem heutigen Newsletter möchte ich vor allem auf zwei Seminarwochenenden hinweisen, die wir wieder im Rahmen der ARKANUM - Lebensschule auch in diesem Jahr anbieten.

Zum einen handelt es sich um das Seminar *„Begegnung mit der Angst“* und zum anderen um das Seminar *„Beziehung - Partnerschaft - Sexualität“*.

Zu beiden Seminaren habe ich unter „Angebote aus der Praxis“ jeweils einen einführenden Text zur Orientierung geschrieben. Von daher möchte ich diesmal auf die Darstellung eines bestimmten Themas in epischer Breite verzichten.

Es ist mir allerdings ein Bedürfnis, mit Euch eine Erkenntnis zu teilen, die mir vor ein paar Tagen geschenkt wurde.

Ich habe ja bereits an verschiedenen Stellen darauf hingewiesen, dass wir alle während unserer Kindheit kindliche Anteile aufgrund traumatischer Erlebnisse in Sicherheit bringen mussten, um seelisch überleben zu können.

So fielen wir alle in eine Art Trance bzw. Hypnose, die wir dann zu unserer Wirklichkeit erklärt haben, da wir unseren natürlich-kindlichen Zustand verdrängen mussten. Unsere Erziehung und Schulzeit hat ihr Übriges dazu getan, um diese Hypnose noch mehr zu vertiefen, indem wir mit sog. Wahrheiten konfrontiert wurden, die mit der eigentlichen Wirklichkeit nichts zu tun haben. Wir begnügen uns mit 5% der Wirklichkeit, da wir den Rest mit unserer Wahrnehmung innerhalb der Hypnose, die sich auf der elektromagnetischen Ebene vollzieht, nicht erfassen können. Dazu wäre es notwendig, wieder mit der Liebe in uns in Kontakt zu kommen, die uns an der Hand nehmen möchte, so dass wir den Rest, der im Dunkeln liegt, durchlichten könnten.

Stattdessen unterstützen wir uns alle darin, im Zustand der Hypnose zu bleiben, in dem wir zwar unendlich leiden, wo wir aber vor der scheinbar schrecklichen Wahrheit über uns selbst sicher sind.

Die hilflosen Versuche, die wir dabei nicht unversucht lassen, es uns in dieser Hypnose so angenehm wie möglich zu machen, und nach Lösungen zu suchen, von denen wir meinen, sie dort lösen zu können, da sie vermeintlich dort entstanden sind, haben sich alle als vergebliche Liebesmüh erwiesen.

So ist unser Verstand ständig damit beschäftigt, Ursachenforschung für unser Leiden zu betreiben, in der Hoffnung, dass es uns dann besser geht. Bei Licht besehen darf es uns aber gar nicht besser gehen, da wir gerne bereit sind, dieses Opfer zu erbringen, schützt es uns doch vor der Wahrheit über uns selbst. So belügen wir uns selbst und versuchen uns dadurch zu trösten, dass wir ja so gut wie nichts unversucht lassen, um der Wahrheit zu entkommen.

Es ist kaum zu ermessen, wie viel Energie wir in diese Opferrituale stecken, die weit über unsere Familiengeschichte hinaus gehen. Wir verfangen uns in Meinungen und Theorien über unser Dasein und über die Sinnhaftigkeit unseres Lebens und wollen dabei nicht erkennen, dass gerade all das, was und wie wir es erleben, unser Leben ist. Unser Leben, so wie es sich für uns jetzt in diesem Moment darstellt.

Wir versuchen, die tiefsten Tiefen zu erforschen, in der Hoffnung, unser Leiden besser verstehen zu können, um dann doch immer wieder die Erfahrung machen zu müssen, dass wir scheitern.

Wir sind nicht bereit, uns unserem Leben so zu stellen und es so anzuerkennen, wie es ist. Wir werden die Tiefe unseres Lebens niemals erfassen können, solange wir uns im Bereich dieser 5% unserer Wahrnehmung bewegen. Wir können die Tiefe und den Urgrund unserer Hypnose ebenfalls nicht erfassen, solange wir dies nur auf der Verstandesebene versuchen. Es ist auch gar nicht unsere Aufgabe, d.h. genau das dürfen wir auf-geben.

Wir dürfen uns von der Vorstellung verabschieden, eine Sinnhaftigkeit erkennen zu können, denn die Spirale verliert sich in der Tiefe von Raum und Zeit. Unser Verstand treibt uns von einem Veränderungsstress zum nächsten, indem er uns die Hoffnung vorgaukelt, dass es uns dann besser geht. Es geht nicht darum, unsere Hypnose zu analysieren oder nach Wegen zu suchen, wie wir ihr entkommen können. Dazu wäre zumindest notwendig, uns überhaupt im Klaren darüber zu sein, dass wir uns in einer solchen befinden. Selbst das ist uns nicht bewusst. Vielleicht ist das auch ganz gut so, sonst wäre unser Verstand wahrscheinlich nicht abgeneigt, uns in den Wahnsinn zu treiben.

Über dem Eingang zur Unterwelt können wir den Satz lesen: „**Wanderer, der du hier eintrittst, lass´ alle Hoffnung fahren.**“

Über diesen Satz lohnt es sich wirklich zu meditieren, nicht gedanklich, sondern, indem wir diesen Satz nach innen nehmen und ihn dort wirken lassen.

Solange wir noch Hoffnung wollen, sind wir noch nicht bereit, unser Leben, so wie es ist, anzuerkennen. Hoffnung heißt immer zu hoffen, dass es anders und vor allem dass es besser wird. So bleiben wir in der Hypnose gefangen, die immer auf die Vergangenheit und die (bessere) Zukunft ausgerichtet ist.

Wir vergeuden Unmengen an Lebenskraft, um an dieser Hypnose und damit an diesen Hoffnungen festzuhalten.

Die Welt da draußen zeigt uns in ihrem kollektiven Wahnsinn, was wir da ständig mit uns selbst veranstalten, wie und wo wir uns ständig vor uns selbst hertreiben. Wir sind Jäger und Gejagte gleichermaßen und die Erfolgreichsten werden mit Orden ausgezeichnet.

Und jetzt kommt die gute Nachricht: Wir sind schon am Ziel, wir sind schon erfolgreich, wir sind schon reich - nicht vordergründig im materiellen Bereich -, wir sind schon liebenswert und wir können schon lieben, uns selbst und die ganze Schöpfung. Wir sind auch schon gesund

und können über uns selbst lachen. Wir sind uns selbst schon ein Witz über den wir uns totlachen könnten. Das ist die eigentliche Botschaft des Narren in uns.

Wir sind das alles schon, doch wir tun alles, um das nicht wahrhaben zu wollen. Der Preis dafür ist uns (noch) zu hoch. Leiden ist doch leichter als lösen.

Jemand kommt und möchte seine Trauer loswerden oder seine Wut, seine Angst, seine Scham und was wir sonst so alles mit uns herumtragen. Unter all diesen Zuständen leiden wir, da wir noch nicht bereit sind, sie als Teile von uns selbst, als Ausdruck unseres Lebens anzuerkennen.

Die Trauer ist jetzt da, sie ist ein Teil von uns und sie möchte nur zurück in unser Herz. Doch wir verrammeln die Tür, da wir sie nicht haben wollen. So zieht sie sich zurück und rüstet auf um später umso heftiger zurück zu kommen oder, resignierend in Form einer Depression.

Alle diese sog. „negativen“ Gefühle möchten uns darauf hinweisen, dass sie auch zu uns gehören. Sie sind auch Ausdruck unseres Lebens und unser Leben möchte entweder ganz oder gar nicht von uns anerkannt werden. Wenn mich die Trauer beherrscht, so sagt mir meine Seele, dass es jetzt endlich Zeit ist, mich umzudrehen und mich ihr auszusetzen, so dass sie sich in meinem Herzen in Freude verwandeln darf.

Zustände, unter denen wir leiden künden von verleugneten Geschwistern, Eltern, Partnern usw. die wir in uns nicht haben wollen, die aber ebenfalls zu uns gehören.

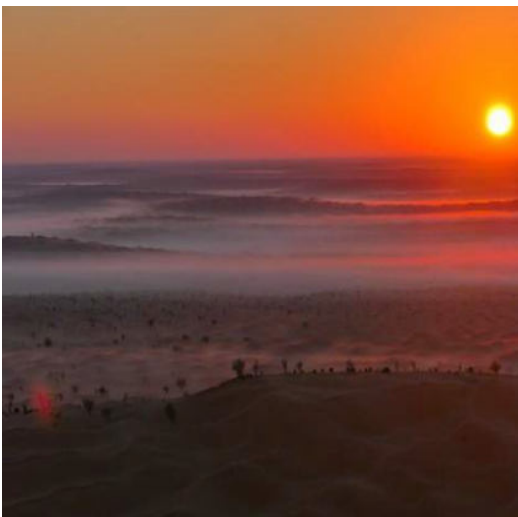
Sie sind unsere verzauberten Kraftquellen in uns, die schon so lange darauf warten, dass wir sie endlich nehmen und aus ihnen schöpfen.

Was wäre der Preis, den wir noch nicht bereit sind zu zahlen?

Wir öffnen unsere Hände und unser Hirn, lehnen uns innerlich zurück und setzen uns uns selbst und unserem Leben so aus, wie es sich jetzt gerade in diesem Moment für uns offenbart, mit allem, was dieser Moment von uns gerade fordert.

Sind wir dazu bereit, und das hat immer etwas mit einem Sterben zu tun, das wir so sehr fürchten, dann können wir den inneren Wecker erahnen, der uns helfen möchte, endlich aufzuwachen und unser Leben in Besitz zu nehmen - ganz.

Angebote im September 2019



**Bewegungen
des Geistes**
-aus alten Begrenzungen
in die Fülle unseres Lebens

©hans-peter regele

Ein Aufstellungskurs
dienstags 14 - tägig
von 19.00 - 22.00 Uhr
im Eulenspiegel in Wasserburg
Nächste Abende: 10. und 24. September 2019
bitte vorher anmelden!



©fotolia.com

„Bewegungen der Liebe“ ein Seminar mit Familienstellen

am 14. und 15. September 2019

im Eulenspiegel in Wasserburg

Alle, die an diesem Seminar teilnehmen möchten, möchte ich bitten, sich über meine Homepage unter „Familienstellen - Anmeldung“ bei mir anzumelden.

Es sind noch Plätze frei!

Seminarzeiten:

Samstag, 14. September von 9.00 Uhr - ca. 19.00 Uhr

Sonntag, 15. September von 9.00 Uhr - ca. 17.00 Uhr

Seminarort: Eulenspiegel in Wasserburg/Bodensee

Kosten: 260,00 Euro

Anmeldung unter:

<http://www.regele-arkanum.de/html/anmeldung-familienstellen.html>

Für die TeilnehmerInnen der ARKANUM - Lebensschule ist dieses Seminar kostenlos!

Das nächste Aufstellungswochenende wird dann am 16. und 17. November ebenfalls im Eulenspiegel in Wasserburg sein!



ARKANUM - Lebensschule
begleitete Wege in die Freiheit
2. offenes Wochenendseminar
vom 20. - 22. September
im Seminarhaus Sonnentor in
Eintürnen bei Bad Wurzach

Thema: Die Begegnung mit der Angst

Der Hintergrund

Auch dieses Seminar möchte ich wieder als offenes Seminar für alle InteressentInnen anbieten

Wir wollen uns an diesem Seminarwochenende ganz bewusst unserer Angst nähern.

Als geistige Wesenheit, die wir selbst erschaffen haben, ist sie wohl der stärkste Wächter in unserem Inneren, der sich zwischen uns und unsere Freiheit und unsere Liebe gestellt hat. Dieser Wächter wurde von unserem Verstand erschaffen, der kein Interesse an unserer Freiheit hat, sondern der sich von unserem Leiden nährt.

Die Angst ist der größte Feind der Wachsamkeit. Wenn sie uns beherrscht, so sind wir ihr, so scheint es zumindest, hilflos ausgeliefert. Sie entsteht immer an jener Stelle, an der wir etwas in uns nicht haben wollen, wo wir Seelenteile abspalten und sie, die Angstwächter, diese dann stellvertretend im Außen zu bekämpfen versuchen.

Die Angst schützt uns an dieser Stelle davor, dass diese verlorenen Anteile wieder in unser Bewusstsein kommen können. Je mehr wir die Angst fliehen wollen, umso mehr Nahrung bekommt sie von uns, mit dem Ergebnis, dass sie im Laufe unseres Lebens immer mehr Lebensbereiche

unter ihrer Kontrolle hat und unser Leben immer mehr einem persönlichen „Eiertanz“ gleicht.

Haben wir hingegen den Mut, uns ihr so auszusetzen, so wie sie sich zeigt, dann kann sie in dem Moment verwandelt werden, denn sie hat nie wirklich existiert, sondern nur in unserem Kopf. Sie gibt uns dann den Weg frei, der uns in ein freieres Leben führen kann, das den Tod bereits als Samen in sich trägt.

In dem Moment, in dem sich die Angst auflöst, wird jene Energie frei, mit der wir uns dann all jenen verlorenen Seelenanteilen stellen können, die wieder wieder zu uns nach Hause zurück wollen.

Es geht dabei nicht darum, die Angst zu verteufeln, sondern auch sie liebevoll in unser Herz zu nehmen, wo sie verwandelt werden kann. Die Angst steht immer zwischen uns und der Liebe. Kann sie sich verwandeln, so dürfen wir wieder in Kontakt treten zu dieser Liebe, die alles einschließt, was ist, genau so, wie es ist, denn wir waren nie davon getrennt.

Die Angst hat sich immer vor unsere inneren Kinder gestellt, da wir damals als Kinder mehr oder weniger täglich mit Lebenssituationen konfrontiert waren, in denen wir uns fürchteten und denen wir, ohne die Unterstützung eines Erwachsenen, hilflos ausgesetzt waren. Um uns vor diesen angstausslösenden Situationen zu schützen, haben wir den einen oder anderen Wächter in unserem Inneren installiert, die diese inneren Kinder zukünftig vor solchen Situationen bzw. den damit einhergehenden Gefühlen von Angst, Hilflosigkeit, Verzweiflung usw. schützen sollten.

Dieses Amt führen sie bis heute aus, da sie nicht wissen, dass es in uns inzwischen auch einen Erwachsenen gibt, der in der Lage ist, sich dieser Angst und den anderen kindlichen Gefühlen zu stellen, mit dem Wissen, dass wir es heute überleben können und wir in der Lage sind, die damalige, angstvolle Situation aufzulösen.

Sobald der Erwachsene im Bewusstsein und anwesend ist, können wir der Angst entgegen gehen, so dass sie sich endlich in uns verwandeln und der

Liebe in uns den Weg bereiten darf. Dieser Heilungsschritt ist das schönste Geschenk, das wir uns selbst machen können, denn: Wo keine Angst mehr ist, da sind wir erfüllt von Liebe zu allem, wie es ist. Diese Liebe stellt keine Bedingungen - sonst ist es keine - , sondern sie fließt einfach über und ist in der Lage, unsere inneren „schwarzen Löcher“ mit all der liebenden Kraft zu füllen, die zuvor von unserer Angst am Leben erhalten wurden.

Die Überwindung der Angst ist in meinen Augen und von meiner Erfahrung her der wichtigste Schritt, den wir alle in diesem Leben aufgerufen sind, zu gehen. Nur wenn wir bereit sind, diesen Schritt zu gehen, können wir unsere innere Hypnose, unser inneres Gefängnis, unsere Bilder, Dogmen und Meinungen, die wir uns von uns selbst und von der Welt gemacht haben, sowie unser Leiden hinter uns lassen, denn sie haben in Wahrheit nie existiert, sondern waren nur Produkte unserer Angstdämonen. Dies ist die Voraussetzung dafür, die Welt der Polarität und der Trennung hinter uns zu lassen und uns einer geistigen Bewegung hinzugeben, die uns in die Freiheit führen möchte.

Das Seminar

In Form der Aufstellungsarbeit hat jede/r TeilnehmerIn die Möglichkeit, seiner Angst als "innerer Person" zu begegnen und sich ihr auszusetzen. Dies kann eine sehr starke Erfahrung sein, die den eigenen Transformationsprozess hilfreich begleitet.

Über die Angst sind wir auch sehr häufig mit bestimmten Mitgliedern aus unserer Familie verstrickt. Die Angst geistert quasi seit vielen Generationen durch die Katakomben unserer Familienseele und sorgt unerlöst dort dafür, dass sich alte Dramen und bewährtes Leiden von einer Generation auf die andere übertragen.

Angst ist auch immer der Gegenspieler von unserer Freiheit und so hilft sie uns, in Abhängigkeiten und verschiedensten Süchten dahin zu

vegetieren, ohne Hoffnung, diesem Jammertal jemals entkommen zu können. So haben wir uns fast schon behaglich mit ihr eingerichtet in der Annahme, dass sie einfach zu unserem Leben gehört und wir daran sowieso nichts ändern können.

Ein Leben ohne Angst ist für uns überhaupt nicht vorstellbar.

Systemische Aufstellungsarbeit, Phantasiereisen, Meditation und die Begegnung mit anderen Menschen helfen uns bei diesem Erkenntnis - und Erlösungsprozess.

Termin: 20. - 22. September 2019

Beginn: Freitag um 19.00 Uhr (ohne Abendessen)

Ende: Sonntag um 17.00 Uhr

Seminarkosten: 300,00 Euro (270,00 bei Buchung der Seminare „Angst“ und „Tod“)

Kosten für Unterkunft und Verpflegung: ca. 100,00 Euro

Seminarort: Seminarhaus Sonnentor in Eintürnen bei Bad Wurzach

Anmeldung unter:

<http://www.regele-arkanum.de/html/anmeldungangstseminar.html>

Nach der Anmeldung erhaltet Ihr einen Infobrief über dieses Seminarwochenende, sowie ein ausführliches Skript über das Thema Angst.

Anmeldeschluss: 17. September 2019

Bei Fragen stehe ich gerne zur Verfügung!

Die Anmeldung erfolgt mit dem entsprechenden Anmeldeformular auf meiner Homepage.

Angebote im Oktober 2019:

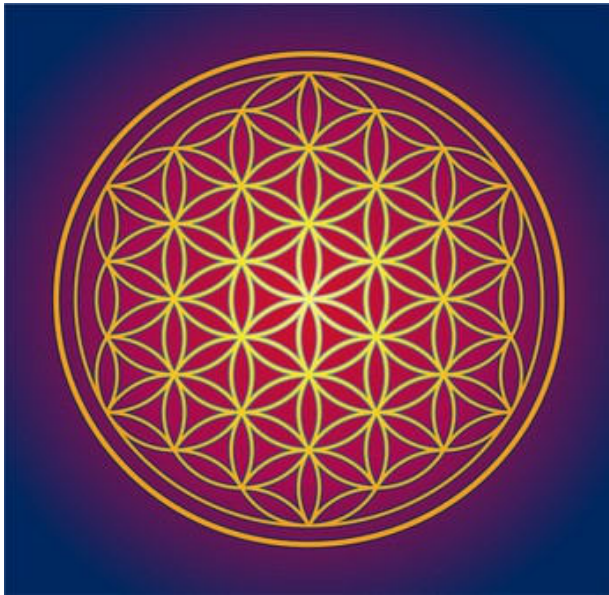


©hans-peter regele

**Bewegungen
des Geistes
-aus alten Begrenzungen
in die Fülle unseres Lebens**

**Ein Aufstellungskurs
dienstags 14 - tagig
von 19.00 - 22.00 Uhr
im Eulenspiegel in Wasserburg
Termin: 08.Oktober 2019
bitte vorher anmelden!**

**Ein neuer Aufstellungskurs „Bewegungen des Geistes“
beginnt wieder am 12. November 2019**



©fotolia.com

„Bewegungen der Liebe“ - Wege der Heilung durch Familienstellen“

eine Vortragsreihe
über 3 Abende

Ab **Mittwoch, 16. Oktober 2019** möchte ich wieder einen Vortragszyklus zum Thema „**Bewegungen der Liebe - Wege der Heilung durch Familienstellen**“ anbieten, der sich jeweils mittwochs über **3 Abende** erstreckt. In dieser Vortragsreihe geht es darum, sowohl die Hintergründe, als auch die konkreten Abläufe des Familienstellens zu beleuchten. Anhand von konkreten Beispielen aus der Praxis soll aufgezeigt werden, welche Kräfte innerhalb von Familiensystemen wirken und welche Konsequenzen es nach sich zieht, wenn grundlegende Ordnungen in Familiensystemen und auch in anderen Systemen nicht eingehalten werden.

Darüber hinaus möchte ich in dieser Vortragsreihe auch auf die neuesten Entwicklungen und Erkenntnisse dieses Heilungsweges eingehen, die es uns erlauben, unseren Blick immer mehr auf jene geistigen Kräfte zu richten, die uns alle führen und die uns den Weg weisen können, unsere seelisch-geistigen Verstrickungen anzuerkennen und dadurch über sie hinauszugehen.

So möchte dieser Vortragszyklus eine Einladung sein, innezuhalten und sich für neue Impulse und Wege zu öffnen, die uns über unsere selbst erschaffenen Grenzen hinausführen möchten, so dass wir uns mehr und

mehr jene inneren und äußeren Räume erschließen können, die immer schon da waren, die wir aber aufgrund unserer Konditionierungen und unserer Hypnosen nicht wahrnehmen konnten. In dieser neuen Wirklichkeit erfahren wir uns eingebunden in das All-Eine.

Termine:

- 1. Abend: Mittwoch, 16 Oktober 2019*
- 2. Abend: Mittwoch 13 November 2019*
- 3. Abend: Mittwoch 11. Dezember 2019*

Zeit: jeweils um 19.30 Uhr

Kosten: 10.00 Euro pro Abend

Ort: Eulenspiegel in Wasserburg/Bodensee, Dorfstraße 25

Die Vorträge an den einzelnen Abenden bauen aufeinander auf, jedoch ist jeder Abend vom Thema her in sich abgeschlossen, so dass auch nur einzelne Abende besucht werden können.

Bitte vorher bei mir anmelden!



©fotolia.com

ARKANUM - Lebensschule
begleitete Wege in die Freiheit
2. offenes Wochenendseminar
vom 18. - 20. Oktober
im Seminarhaus FreiRaum
in Kisslegg/ Langenacker

Thema: Beziehung - Partnerschaft - Sexualität

Der Hintergrund

Während dieses Seminarwochenendes wollen wir uns einem Thema in uns zuwenden, das wohl das verbreitetste, dramatischste, süßeste und sicher auch not-wendigste Spiel von uns Menschen ist.

„Frauen - mit ihnen leben ist die Hölle,
 und ohne sie auch!“
 (Humphrey Bogart)

Wir alle müssen durch diese Hölle durch. Wir Männer müssen sowohl die Hölle durchmachen, mit einer Frau zusammen zu leben, als auch die Hölle, ohne Frau zu leben und dies gilt natürlich nicht nur für die Männer, sondern genauso für die Frauen.

Dies ist wohl die älteste Zwickmühle der Menschheit. Wir können nicht ohne den anderen leben, weil wir es mit uns selbst nicht aushalten, weil

wir diese Leere in uns nicht ertragen können - weil uns etwas (jemand) fehlt.

Und das tut es in der Tat. Nicht dass wir nicht wirklich vollständig wären - wir haben ja alles in uns - aber es fehlt uns in unserem Bewusstsein.

So gibt es eine Kraft in uns, die uns magisch zum anderen hinzieht. Diese Kraft nennt man auch den „Eros“. Es ist die Kraft der Anziehung, wir können sie auch „Liebe“ nennen. Bei Licht betrachtet, können wir allerdings erkennen, dass es sich hierbei um eine verzauberte Liebe handelt. Sie ist deshalb verzaubert, da sie erst einmal nur auf einen anderen Menschen ausgerichtet ist. Eine solche Art von Liebe ist also nicht frei vom anderen, sie ist sich in uns nicht selbst genug. Sie kann es erst einmal noch nicht sein, da wir uns selbst noch nicht als ganz erleben. Wir haben noch das Gefühl, dass uns etwas (jemand) fehlt und dass wir nur dann, wenn wir dieses Fehlende endlich gefunden haben, wieder eins sind.

Auch das ist ein Bild, ein sehr süßes, zugegebenermaßen. Dieses Bild ist dadurch entstanden, dass wir uns in der Welt der Trennung und der Abspaltung wiedergefunden haben. Diesen Teil, den wir abgespalten haben, suchen wir nun händeringend in einer anderen Person im Außen. Dieses Bild ist nicht wahr, denn dieser andere Teil, den wir wie mit einem Steckbrief im Außen suchen, fehlt uns nur in unserem Bewusstsein. Im Inneren unserer Seele sind und waren wir immer ganz. Wir haben es nur vergessen.

So verlieben wir uns, weil wir uns - unsere fehlende (bessere) Hälfte - im Anderen wieder erkennen. Diese Wahl geschieht in der Regel nicht vonseiten unseres Verstandes, also dass wir jemand wählen weil er einen dicken Geldbeutel oder einen knackigen Hintern hat (soll allerdings auch vorkommen, hat allerdings wenig seelische Bindeenergie). Nein, wir verlieben uns, weil wir uns im anderen wieder-erkennen und wir durch diese Bindung das Gefühl haben, endlich ganz zu sein.

Wir müssen uns auch nicht besonders herausputzen, sondern wir sind für den anderen anziehend, genau so, wie wir sind. So wie wir sind, sind wir ja schon Ausdruck seines/ihres fehlenden Teiles.

Da wo die Liebe hinfällt, ist immer Heilung möglich ganz einfach deshalb, weil das, was getrennt war, wieder zusammen gekommen ist.

Verliebtsein ist ein Trick unserer Seele, damit überhaupt eine Bewegung zustande kommt. Sie ist allerdings eine Illusion, da wir in uns ein Bild erschaffen, das wir vor den Partner, die Partnerin hinstellen und davon überzeugt sind, dass er oder sie mit diesem Bild übereinstimmt.

Wir verlieben uns also nie in einen Menschen, der von außen an uns herantritt, sondern immer nur in ein Bild, dem er oder sie, so glauben wir zumindest, entspricht. Spätestens nach den Flitterwochen stellen wir dann fest, dass an diesem Bild noch etwas dranhängt: ein ganz eigenständiger Mensch mit unterschiedlichen Vorlieben, Interessen, Absichten, Ticks, Liebenswürdigkeiten, Raffinessen, Überzeugungen und inneren Abgründen. Diese passen natürlich nicht in unser Bild und so versuchen wir alles zu tun, um den anderen unserem inneren Bild anzupassen. Diesen Vorgang nennen wir landläufig eine **Beziehung**. Wir beginnen am anderen zu ziehen und wollen ihn davon überzeugen, dass es sich auf unserer Seite doch wesentlich bequemer leben lässt.

Was wir dabei nicht sehen wollen ist die Tatsache, dass der Andere ja gerade jene Anteile verkörpert, die wir in uns abgespalten, die wir in uns nicht haben möchten. So haben wir nun ein ernsthaftes Problem und überlegen uns möglicherweise, wie wir den anderen schnell wieder loswerden können.

Die Anziehung ist nur deshalb möglich, weil der Andere unsere fehlenden Anteile verkörpert, die wir aber in uns nicht sehen wollen.

„Ändere du dich, damit ich besser mit dir leben kann“, lautet dann das gegenseitige Credo und an der Stelle haben beide noch nicht begriffen, um was es wirklich geht. Der Andere wird uns nicht den Gefallen tun, im Gegenteil, er wird seinen Finger in unsere Wunde legen.

Wir sind dabei so auf den anderen fixiert, dass wir gar nicht bemerken, dass wir es immer selbst sind, die uns dabei manipulieren.

Der Hauptsatz in Bezug auf die Heilung in jeder Beziehung lautet: **„Der andere ist es nie!“**

Warum? Weil wir immer nur in den eigenen Spiegel schauen und das, was wir darin erkennen, ist zugegebenermaßen nicht immer lustig.

Der andere ist nur unser Spiegel, der uns zeigt, wer wir selbst sind und was uns selbst fehlt.

Wenn wir bereit sind, unsere Schuldzuweisungen und Projektionen, mit denen wir den Anderen bombardieren, zu uns zurück zu holen, dann beginnt jene Phase, die ich die „Ernüchterungsphase“ nenne. Ja, in dieser Phase sollen wir tatsächlich nüchtern werden, so wie der Alkoholiker, der die Finger vom Glas lässt. Nüchtern werden heißt nicht, dass wir nicht mehr in Kontakt gehen sollen, im Gegenteil. Nüchtern werden heißt hier, dass wir bewusst darauf schauen, wie unsere Projektionen ablaufen und wie wir versuchen, uns dadurch selbst zu entkommen.

Nüchternheit heißt also, bereit zu sein, für unsere eigenes Erleben innerhalb der Beziehung die alleinige Verantwortung zu übernehmen. Dazu braucht es den Erwachsenen in uns. Nüchtern sein heißt also, uns selbst nicht zu verlassen, wenn wir in Kontakt mit dem anderen sind. Erst dadurch, dass wir bei uns selbst bleiben können, ist es uns möglich, wachsam zu sein und zu erkennen, wie wir unser Beziehungsspiel spielen und wie wir dabei versuchen, uns selbst zu entkommen oder uns selbst zu verleugnen.

Wenn uns dieser Schritt gelingt, dann können wir den Status der Beziehung verlassen und können uns auf den Weg der Partnerschaft begeben. Dies ist mitunter ein langer und anstrengender Weg, da er immer durch unsere eigene Hölle führt.

Auf diesem Weg haben wir die große Chance, uns im anderen wieder zu erkennen und das tut erst einmal weh, da wir damit all jene Anteile in uns heraufbeschwören, die wir einst abgespalten haben, da wir sie in uns

nicht haben wollten. Auf diesem Weg löst sich die Ver-liebtheit auf und Nüchternheit breitet sich mehr und mehr aus. Jeder von beiden ist aufgefordert, sich herumzudrehen und den Blick auf sich bzw. auf seine eigene Herkunftsfamilie zu richten. Der Partner, die Partnerin zwingen uns gerade dazu, da wir die Schwierigkeiten und Probleme, die wir in Beziehungen erleben, nicht dort lösen können, da sie hier nicht entstanden sind. Hier kommen sie nur in die Sichtbarkeit, wie ein roter Faden, den wir aufgreifen dürfen und schauen können, wohin er uns führen möchte. Er führt uns immer zu unserer Herkunftsfamilie, also zu jenen Personen, die uns am nächsten stehen und mit denen wir seelisch am stärksten verbunden sind. Meist ist es jemand aus unserer Familie, mit dem wir möglicherweise noch in Liebe verstrickt sind.

Wenn beide Partner bereit sind, diesen Weg zu gehen, gemeinsam und doch jeder für sich, werden beide irgendwann auf eine höhere Ebene geführt, auf der sie sich nicht mehr als Bettler begegnen müssen, sondern auf der jeder mit einer vollen Schale, die er an seiner Quelle (Herkunftsfamilie) gefüllt hat, auf den anderen zugehen kann. Dort, auf dieser Ebene können sich beide Schalen zu etwas Größerem und Höherem vereinen. An dieser Stelle können beide der wirklichen Liebe gewahr werden.

Das Seminar

An diesem Seminarwochenende wollen wir unseren Fokus einmal ganz bewusst auf das Thema Beziehung - Partnerschaft und Sexualität richten und uns auf den Weg zu jener inneren Person machen, die uns in Gestalt eines äußeren Partners immer wieder entgegen tritt. Wir lassen uns auf das ein, was sich uns als unsere fehlenden Anteile zu erkennen gibt, mit all dem, was es in uns auslöst. Auch mit allen Widerständen und inneren Wächtern, die uns auf diesem Weg begegnen. Wir erlauben uns, uns so wie es uns möglich ist, auf den anderen und damit auf uns selbst einzulassen, zu dem Preis, den es uns kostet.

Es ist ein Raum, in dem jeder so willkommen ist, wie er ist und wie er sich den anderen zumuten möchte. Wir haben die Möglichkeit, uns unserer (Such-) bilder bewusst zu werden und sie zu uns zurück zu nehmen, indem wir den Blick nach Innen richten. Damit können wir all dem gewahr werden, was wir verloren haben. Nur in uns können wir es wieder finden - über den anderen.

Unterstützt werden wir dabei von den Bewegungen des Geistes, die uns in Form von systemischen Aufstellungen erfassen, von der Begegnung mit anderen Menschen, mit dem Partner, der Partnerin. Phantasie Reisen, Meditation und dem Mut uns selbst zu begegnen.

Es bietet sich natürlich vom Thema her an, den eigenen Partner, die eigene Partnerin zu diesem Seminar mitzubringen um diese Erfahrungen gemeinsam machen zu können. Es ist allerdings keine Voraussetzung für eine Teilnahme.

Dieses Seminarwochenende findet im Rahmen der Jahresgruppe „**ARKANUM - Lebensschule**“ statt und ist für alle Interessenten offen.

Anmeldeschluss ist Montag, 14. Oktober 2019

Termin: 18. - 20. Oktober 2019

Beginn: Freitag, 19.00 Uhr (ohne Abendessen)

Ende: Sonntag, 17.00 Uhr

Seminarkosten: 300,00 Euro

Seminarkosten für Paare: 540,00 Euro

Kosten für Unterkunft und Verpflegung: ca. 100,00 Euro

Die Unterbringung erfolgt je nach Gruppengröße in 1, 2 bzw. 4 -
Bettzimmern

Seminarort: Seminarhaus FreiRaum in Kisslegg/ Allgäu

(www.freiraum-seminarhaus.de)



© Hans-Peter Regele

Bewegungen der Stille - eine Seminarreise in das Sandmeer der tunesischen Sahara vom 25. Oktober bis 08. November 2019

Und wieder einmal ruft uns die Wüste. Sie möchte uns einladen, uns selbst zu begegnen.

Die bisherigen Reisen waren alle geprägt von einem tiefen Erleben dieser wunderbaren Wüste. Wir fühlten uns alle gut versorgt und geführt von unseren beduinischen Freunden. Es ist eine andere Welt, die sich uns auf diesen Reisen immer wieder aufs Neue erschließt. Nicht nur eine Reise in die Weite und Stille der Wüste, sondern auch eine Reise in unser Inneres, in dem wir erfahren dürfen, wer wir wirklich sind, jenseits von unseren Vorstellungen über uns selbst. Es ist die Einfachheit und die Stille, die

uns gescheckt wurde, um zu lernen, das anzunehmen, was ist, ohne es verändern zu wollen. Für mich gibt es keine bessere Umgebung dafür als die Wüste, da sie uns so annimmt, wie wir sind - bedingungslos. Wir zeigen uns ihr mit allem, was in uns ist und sie gibt es uns genau so zurück, so dass wir es in unser Herz nehmen können.

Hier in der unendlichen Weite des Sandmeeres, in der wir in das Prinzip der Weiblichkeit eintauchen, kommen wir zu einem tiefen „Ja“, zu allem was ist, ohne dass wir uns dafür anstrengen müssen. Es reicht vollkommen, uns z.B. beim Sonnenauf - bzw. untergang ganz uns selbst und der Wüste auszusetzen.

Eine Reise zu uns selbst

Wir tauchen ein in ein Sandmeer, das uns willkommen heißt und in dessen Weite und Stille wir zur Ruhe kommen, mit jedem Schritt, den wir in diesem weichen Sand gehen, etwas mehr. So betreten wir neue äußere Landschaften, die uns fast unwirklich erscheinen und dadurch öffnen sich auch neue innere Türen in unserer Seele. In dieser Weite gibt es nichts, womit wir uns ablenken könnten, von dem was ist, so wie wir das aus unserem Alltag oft gewohnt sind. Dies ist der direkte Weg zu uns selbst, auf dem wir all dem begegnen dürfen, was wir sind, mit all unseren Bildern und Vorstellungen von uns und unserem Leben, aber vor allem auch mit allem, was möglicherweise noch verborgen ist in uns: unserer Freiheit, die uns vermittelt, dass wir alle eingebunden sind in ein großes Ganzes, in dem niemand von uns verloren gehen kann. So können wir unserem wahren Sein ein Stück näher kommen.

Wir alle sind so eingebunden in unseren Alltag, der uns auch in uns selbst gefangen hält, so dass wir längst vergessen haben, wer wir in Wirklichkeit sind, was uns innerlich bewegt und was uns in unserem Leben wirklich begeistern kann. Wenn wir auf uns selbst zurückgeworfen werden, dann können wir wieder einen Zugang zu unserer Begeisterung finden, so, wie wir dies auch als Kinder erleben durften. Dort, wo unsere Begeisterung ist, dort sind wir im Fluss des Lebens, dort wissen wir in jedem Moment,

was für uns richtig ist und was nicht. Dort kommen wir wieder mit unserem eigentlichen Potential in Kontakt und können so die Erfahrung machen, dass das Leben in uns wieder zu pulsieren beginnt. Die Wüste ist ein äußerer Ort, an dem wir diese innere Quelle wieder finden können.

Die Wüste ist auch ein Ort, an dem wir mit dem Jenseitigen in uns in Kontakt kommen können. Die Kargheit und die scheinbare Unendlichkeit des Sandmeeres begünstigen es, diese inneren Türen zu öffnen, die uns auch mit unseren Ahnen in Verbindung bringen können.

Wenn wir uns diesem jenseitigen Reich in uns öffnen, dann dürfen wir erfahren, wie sich eine tiefe Ruhe und ein tiefes Gefühl des Eingebettetseins in die Existenz in uns ausbreiten darf. Nur im Kontakt mit unseren Ahnen erleben wir uns in ihre Liebe eingebunden aus der wir die Kraft schöpfen können, die wir für die Erfüllung unseres Lebens brauchen.

Natürlich werden wir auf dieser Reise auch unserer Angst begegnen. Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass die Wüste uns mit ihrem weiblichen Wesen dazu einlädt, uns ihr zu stellen und die Wüste unterstützt uns dabei auf wundersame Art und Weise.

Ein zweiter Gast, der uns vor allem im **3-tägigen Retreat** neben der Angst begegnen wird, ist unsere Einsamkeit. Auch sie ist ein Teil unserer Seele und auch sie möchte von uns anerkannt werden. Wenn wir uns ihr ganz aussetzen, dann können wir sie als innere Kraftquelle erfahren, die uns den Weg weist zu einem Gefühl des „All-ein-seins“, in dem es keine Trennung mehr gibt und in dem wir uns eingebunden und geführt wissen von einem großen Ganzen.

Wenn wir uns der Wüste aussetzen, so wie wir sind, dann können wir uns diesen inneren Bewegungen nicht entziehen. Sie erfassen uns und wir sind überwältigt von dem, was da aus unserem Inneren ins Licht unseres Bewusstseins möchte. Dazu sind keine Methoden oder therapeutische Ansätze notwendig. Die Wüste selbst wird in ihrer Reinheit, ihrer Weite und ihrer Stille zum Therapeutikum.

Gehen in der Stille

Wir gehen und mit jedem Schritt haben wir das Gefühl, mehr und mehr Teil dieser Landschaft zu werden. Leere darf sich in uns ausbreiten, denn da gibt es nichts außer den Dünen, den Menschen, die uns begleiten und natürlich den Dromedaren, die unsere Lasten bereitwillig tragen. Wenn wir für uns alleine gehen, mit Blickkontakt zu den anderen, oder wenn wir am Morgen beim Sonnenaufgang oder am Abend beim Sonnenuntergang alleine auf einer Düne sitzen, dann erleben wir diese Leere noch intensiver und so kann uns die Erfahrung geschenkt werden, dass in dieser Leere alles enthalten ist, was ist.

Der ganze Reichtum, den wir in uns tragen, kann sich uns in dieser Leere offenbaren. Auch aller Schmerz, alle Tränen, die wir noch nicht geweint haben, dürfen ans Licht. Die Wüste nimmt sie gerne auf. Und auf einmal kann sich auch in uns diese unglaubliche Weite ausbreiten, die uns erfahren lässt, dass wir nicht getrennt sind von all dem, was existiert. Wir erleben uns als kleines Sandkorn unter vielen anderen und dies bringt uns in Kontakt mit einer tiefen Demut, Dankbarkeit und Freude unserem eigenen Leben und der ganzen Existenz gegenüber.

Wir werden täglich etwa 3 - 4 Stunden mit entsprechenden Pausen, gehen, entweder alleine, zusammen mit anderen oder in den Spuren der Karawane. Jeder kann dabei seinem eigenen Rhythmus folgen. Wer möchte, kann sich auch auf dem Rücken eines Dromedars durch die Wellen der Sanddünen schaukeln lassen. Dies allein ist, im Einklang mit diesen wunderbaren Tieren, schon eine wertvolle Erfahrung.

Gemeinschaft erleben

Wenn wir mit anderen am Feuer sitzen und gemeinsam essen, Tee trinken und singen, dann können wir diese Geschenke, die wir erhalten haben, auch mit anderen teilen. So fühlen wir uns als Teil einer Gemeinschaft, denn ohne die Beziehungen zu anderen Menschen kann unser Leben nicht gelingen. So können wir uns auch gegenseitig darin unterstützen, in unserer Offenheit einander zu begegnen und uns selbst in anderen wieder zu erkennen. Dies trägt zu unserem eigenen Transformationsprozess bei.

Wir dürfen dabei erfahren, woran wir noch aus Angst festhalten und so verhindern, dass sich etwas Neues in unserem Leben ausbreiten darf.

Die Wüste wird uns auch dabei liebevoll unterstützen. Wir spüren, dass wir alle von einer höheren Macht geführt werden. Das einzige was es dazu braucht, ist unser Einverständnis mit allem, was ist.

Nachdem die Sonne untergegangen ist, breitet sich ein Sternenhimmel über uns aus, den wir so in dieser Dimension vielleicht noch nie erlebt haben. Wenn wir uns ihm aussetzen, dann dürfen wir die Erfahrung machen, dass auch wir Teil dieses Sternenhimmels sind und dass er für uns alle auch das Tor zu unseren Ahnen sein kann, die uns auf dieser Reise ebenfalls begleiten.

So nächtigen wir in einem „1000 - Sterne - Hotel“ entweder unter freiem Himmel oder in einem Zelt (kleines Igluzelt) und wir fühlen uns geschützt und behütet.

Wir können an einem Platz, der uns besonders gefällt auch 2 Tage verweilen, so wie wir das möchten. Es wird kein straffes Programm geben, sondern wir folgen den Bewegungen, die sich aus der Gruppe heraus ergeben und unseren Bedürfnissen entsprechen.

Die Beduinen, die uns mit ihren Dromedaren begleiten, richten sich dabei nach unseren Wünschen und helfen uns, diese Reise zu einem besonderen Erlebnis für uns alle werden zu lassen.

Die Begegnung mit uns selbst (3-Tages-Retreat)

Ein Highlight dieser Reise wird ein 3 - tägliches Wüsten - Retreat sein.

An einem wunderschönen Platz werden wir unser „Basislager“ aufschlagen. Alle TeilnehmerInnen haben dann die Möglichkeit, für 3 Tage ganz für sich alleine in das Sandmeer einzutauchen. Dabei kann jeder selbst für sich entscheiden, wie weit entfernt er oder sie sich vom Basislager in diesen 3 Tagen aufhalten möchte. Wer möchte, wird an seinen Platz geführt, der ihm oder ihr gefällt und an dem er oder sie dann diese 3 Tage verbringen wird. Nach diesen 3 Tagen werden wir dann von den Beduinen wieder abgeholt.

Dies ist ein Angebot, auf das es sich in jedem Falle lohnt, darauf einzulassen, denn hier sind wir ganz mit uns und der Wüste allein.

In diesen 3 Tagen können wir fasten und nur Wasser bzw. Tee zu uns nehmen, oder wir versorgen uns mit etwas Brot, Reis, Gemüse und Obst.

Gerade in diesen 3 Tagen, in denen wir mit uns alleine sind, öffnen sich innere Türen, durch die wir eingeladen sind, zu gehen, um uns selbst zu begegnen. Hier haben wir die Möglichkeit, in dieser Stille und Weite zu erfahren, wer wir wirklich sind. Wir setzen uns uns selbst aus, mit allem, was es uns kostet. Die Wüste lädt uns ein, uns unserer Angst, die uns am Leben hindert, zu stellen, so dass sie verwandelt werden kann. Dies ist ein tiefer und reinigender Prozess der Transformation.

Diese innere Bewegung führt uns dann weiter in einen inneren Raum, in dem sich aus dem Innersten unseres Herzens die Liebe zu allem was ist entfalten kann und gleichzeitig fühlen wir uns als Teil dieser unendlich erscheinenden Weite. Wir selbst mit uns selbst und doch eingebunden in ein großes Ganzes. Dies ist das Geschenk, das wir uns selbst machen können, wenn wir bereit sind, uns auf diesen Prozess einzulassen. So kehren wir reich beschenkt und mit tiefem Frieden im Herzen zur Gemeinschaft zurück.

Ortskundige Beduinen werden uns mit ihren Dromedaren begleiten und uns den Weg weisen. Sie sorgen liebevoll für unser aller Wohl, indem sie schöne Lagerplätze für uns aussuchen, für uns jeden Tag einfache aber sehr wohlschmeckende Mahlzeiten zubereiten und uns auch sonst mit allem versorgen, was wir brauchen. Sie werden auch für uns musizieren und mit uns zusammen singen.

Äußere Bedingungen

Da wir diesmal zum ersten Mal im Herbst in die Wüste reisen, kann ich, was die klimatischen und andere äußeren Bedingungen betrifft keine persönlichen Erfahrungswerte mitteilen.

Nach Auskunft der Beduinen wird es nachts nicht kälter als 10 Grad sein. Tagsüber dürfte sich das Thermometer um die 25 Grad bewegen und die Schlangen und Skorpione haben sich in der Regel ebenfalls schon einen Platz für ihren Winterschlaf gesucht.

Wir werden auch diesmal mit den Jeeps tiefer in die Sahara fahren und uns in Timbaine, dem Tafelberg mit den anderen Beduinen und den Dromedaren treffen um von dort aus zu unserer Wüstenrundreise aufzubrechen. Die genaue Routenwahl obliegt den Beduinen, die sich den aktuellen Gegebenheiten anpassen.

Ein altes Sprichwort der Beduinen lautet: „Aus der Wüste kommt ein anderer zurück, als der, der hineingegangen ist.“

In diesem Sinne freue ich mich auf unsere gemeinsame Reise.

Reiseplanung:

- | | |
|--------------|--|
| 1. Tag : | Abflug ab München, Zürich oder Stuttgart
je nach Flugverbindung |
| | Ankunft in Djerba/Tunesien und Übernachtung im
Hotel. |
| 2. Tag: | Nach unserer ersten Nacht holt uns Abdallah im
Hotel ab. Gemeinsam fahren wir nach Douz wo wir
noch Einkäufe machen. Anschließend geht es mit dem
Jeep nach Timbaine, wo wir uns mit den anderen
Beduinen treffen. |
| 3. - 13. Tag | Nach dem Frühstück brechen wir zu unserer
Wüstenreise mit 3-Tages-Retreat auf und kehren
danach wieder nach Timbaine zurück. |
| 14. Tag: | Rückfahrt nach Djerba. Übernachtung im Hotel. |
| 15. Tag: | Heimreise |

Alle TeilnehmerInnen erhalten nach der Anmeldung einen Infobrief mit einer ausführlichen Teilnehmer - Checkliste.

Wir brauchen auf jeden Fall einen mindestens **6 Monate** gültigen Reisepass.

Für Tunesien gibt es keine Pflichtimpfungen.

Kosten: ca. 2.300 Euro, je nach aktuellen Flugkosten

Für Mitreisende aus Süddeutschland wird der Flug ab München und zurück erfolgen.

In den Kosten sind enthalten:

- Hin - und Rückflug, Verpflegung, Gebühr für die Begleitung und Organisation der Beduinen mit den Dromedaren
- Reise - und Seminarleitung
- Hotelkosten, Kosten für Transfer von Djerba nach Timbain und zurück.

Nicht enthalten sind die Transferkosten vom Wohnort zum Flughafen und zurück.

Bei den letzten Reisen haben wir immer Fahrgemeinschaften gebildet.

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 10 TeilnehmerInnen begrenzt.

Hinweis:

Auf meiner Homepage könnt Ihr Euch die Photos und Videos unter <http://www.regele-arkanum.de/wuesten-retreat.html> anschauen.

Anmeldeschluss: 30. September 2019

Es empfiehlt sich, sich so früh wie möglich anzumelden, da die Flugplätze in diesem Jahr nicht so üppig sind und sich die

Ticketpreise entsprechend mit längerer Wartezeit verteuern.

Für entsprechende Fragen stehe ich gerne zur Verfügung.

Die Karawane zieht weiter! Kommst du mit?



Ich wünsche Euch noch einen schönen Sommer und freue mich auf heilsame Begegnungen mit Euch!

Herzlichst

Hans-Peter Regele