

ARKANUM - Praxis für Therapie

Hans-Peter Regele - Dipl. Heilpädagoge und Heilpraktiker

Enzisweilerstraße 16, D-88131 Lindau/ Bodensee

Tel. 08382-275212, Fax: 08382 - 275213

e-mail: hans-peter@regele-arkanum.de, www.regele-arkanum.de



Arkanum Herbst- Newsletter 2010

Copyright Fritz Regele

Herzlich willkommen zum neuen „ARKANUM – Newsletter“

Inhalt

Allgemeine Gedanken	Seite 1
Aktuelles von meiner Arbeit	Seite 8

Seminarangebote

Neuer Grundkurs in Systemischer Astrologie	Seite 9
Bewegungen der Liebe – Systemaufstellungen (Familienstellen)	Seite 10
Offene Meditationsabende	Seite 10
Ein Fest der Sinne (Wochenseminar in der Toskana)	Seite 11
Im Fluss des Lebens – ein Selbsterfahrungsseminar	Seite 12
Bergwandern und Meditation	Seite 13
Ausbildung in Systemischer Beratung/ Therapie	Seite 13

Nach der Sommerpause möchte ich Euch zu meinem neuen Newsletter einladen und meine Gedanken, Eindrücke und Erkenntnisse gerne mit Euch teilen.

Ich hoffe, Ihr hattet alle einen erfüllenden und herzerfrischenden Sommer, auch wenn uns die ersten beiden Augustwochen mit allerhand Turbulenzen begegnet sind.

Wir hatten in dieser Zeit eine astrologische Konstellation, wie wir sie seit über 60 Jahren in diesem starken Spannungsverhältnis nicht mehr hatten.

Zum Saturn – Pluto Quadrat gesellte sich noch Uranus in Opposition zu Saturn und dadurch auch zu einem Quadrat zu Pluto dazu, was die ohnehin schon große Herausforderung noch verstärkte. Die dramatischen Überschwemmungen in Pakistan waren sicher das am deutlichsten sichtbare Ereignis dieser Konstellation neben der Umweltkatastrophe im Golf von Mexiko.

Aber auch im persönlichen Bereich wurden viele von uns von diesen Einflüssen erfasst. Hinzu kam noch, dass wir eine Mars-Venus Konjunktion in der Waage in Konjunktion zu Saturn hatten, die so manche Partnerschaft bis auf die Grundfeste erschütterte und sich Beziehungen lösten, die keine gemeinsame Grundlage mehr hatten, aber aufgrund von vermeintlichen Sicherheiten und Verlustängsten aufrecht erhalten werden wollten.

Diese zugegeben heftige Konstellation hat sich in der Zwischenzeit wieder etwas entschärft, doch wird das Pluto-Saturn-Quadrat von Frühjahr 2011 bis zum Sommer noch einmal wirksam werden.

Dieses Thema zeigt sich als Verstärkung des Transits von Pluto durch den Steinbock, der uns ja noch einige Jahre erhalten bleiben wird.

Gesellschaftlich macht sich diese Konstellation dadurch bemerkbar, dass wir aufgefordert sind, uns von unserer „Egomanie“ zu verabschieden und uns einen gemeinsamen Weg zu einem neuen „Wir“ zu erarbeiten.

Das können wir zur gegenwärtigen Zeit ganz gut in der Form wahrnehmen, dass das egoistische Denken und die Ausrichtung an der Gewinnmaximierung überall, v.a. natürlich im wirtschaftlichen Bereich einen Einbruch erleben auch wenn jetzt schon wieder vom Wirtschaftsboom gesprochen wird. Solange wir nicht bereit sind unsere inneren Haltungen zu verändern und beginnen, dem Allgemeinwohl zu dienen, solange bleiben wir in der Fixierung auf alte Strukturen und den damit verbundenen Konsequenzen hängen.

Wir spüren, dass es so nicht mehr weitergehen kann, dass wir die Karre in den Dreck gefahren haben, wo es kein Weiterkommen mehr gibt. Dies gilt sowohl für die äußere Welt, aber v.a. auch für die Innenwelt unserer Seele.

Das zeigt sich auch darin, dass Politikern, die gegenwärtig über unsere Köpfe hinweg Entscheidungen durchsetzen wollen, plötzlich ein scharfer Gegenwind von Seiten der Bevölkerung entgegenbläst. Auch hier zeigt sich ein neues „Wir-Gefühl“.

So sind wir alle aufgefordert, sowohl unsere persönlichen als auch die kollektiven Strukturen und Systeme einer Überprüfung zu unterziehen in dem Sinne, dass wir uns bewusst machen, was unserem Leben und auch dem Leben von anderen wirklich dient.

Wir sehen uns der Notwendigkeit gegenüber, unsere inneren und auch äußeren Grenzen aufzubrechen. Es geht nicht mehr darum, uns in unser privates Schneckenhaus

zurückzuziehen und so zu tun, als gehe uns das, was sich da so im Außen abspielt, nichts an.

Wir alle sind Teile voneinander und es liegt eine Zeit vor uns, in der es nicht mehr darum geht, Geheimnisse voneinander zu haben, sondern für alle durchlässig zu werden. Dies gilt insbesondere auch auf der Ebene von Partnerschaften.

Solange beide Partner nicht bereit sind, sich schonungslos voneinander zu öffnen und sich gegenseitig zu offenbaren, so schrecklich die eine oder andere Wahrheit mitunter auch sein mag, werden beide dieses Gefühl der Getrenntheit voneinander nicht in das Gefühl der bedingungslosen Liebe verwandeln können.

Dieses Geheimhalten und Zurückziehen ist die Folge einer tiefen Angst vor wirklicher Nähe in uns, die uns vor wirklicher Begegnung zurückschrecken lässt. Wir haben Angst uns so zu zeigen wie wir wirklich sind. V.a. haben wir Angst uns selbst einzugestehen, wie wir wirklich sind, was wir wirklich in uns vorfinden.

Das wollen wir lieber vor uns selbst und vor anderen verbergen. Doch das ist genau das, was uns voneinander trennt. Dieses Versteckspiel erleben wir bei uns selbst, innerhalb unserer Familien und es reicht weit darüber hinaus in kollektive Strukturen hinein. Durch diese Abschottung verschließt sich unser Herz und die Liebe hat keine Möglichkeit, frei zu fließen.

In dieser Zeit, in der wir leben, sind wir mehr und mehr aufgefordert, diese Grenzen abzurechen und uns aus unseren inneren Rückzugsorten, die wir oft als Gefängnisse erleben, herauszuwagen. Erst dadurch können wir erkennen, dass wir nicht wirklich voneinander getrennt sind. Vor allem können wir dann erleben, welche Geschenke wir gegenseitig füreinander bereithalten und wie wir uns auf allen Ebenen des Lebens und der gemeinsamen Begegnung liebevoll unterstützen können. Es ist nicht mehr notwendig, dass wir als Einzelkämpfer versuchen unseren Kopf oder was auch immer zu retten.

Halten wir aus Angst an dieser Trennung fest, so halten wir auch das Leiden und den Schmerz aufrecht, verharren weiterhin in selbstzerstörerischem Suchtverhalten und flüchten uns in gegenseitige Projektionen, die die Trennung noch mehr verstärkt.

Diese zurückliegenden Wochen sind auch an mir nicht spurlos vorbei gegangen und so finde ich mich gerade in einem intensiven inneren Transformationsprozess wieder der meine Seele heftig erschüttert. Von daher kann ich gerade ein Lied davon singen, was es heißt, von der Angst vor dem Loslassen überwältigt zu werden und an vermeintlichen Sicherheiten festzuhalten, die letztlich nur auf Illusionen aufgebaut sind. Auf Illusionen des Mangels, des Getrenntsein von uns selbst und von anderen und auf der Illusion, dass wir unvollständig sind.

Wir haben vergessen, dass wir alles was wir für ein erfülltes Leben brauchen, bereits in uns tragen. Wir haben aufgrund unserer eigenen Biographie andere Erfahrungen gemacht. Dies sind v.a. Erfahrungen des Mangels und des Nicht-Geliebt-Seins.

Diese Erfahrungen haben wir so fest auf unseren seelischen Festplatten installiert, dass wir uns längst damit identifiziert haben und meinen, dass dies unsere unerschütterliche innere Wirklichkeit ist.

Doch da gibt es noch einen anderen Teil in uns. Es ist jener Teil, der immer heil war und immer heil sein wird. Dieser Teil ist unsere göttliche Essenz zu der wir den Zugang verloren haben.

Um diese Essenz wieder in uns zu entdecken ist es allerdings notwendig, dass wir unsere bisherige Festplatte, die unser ganzes bisheriges Denken und Handeln dominiert hat, löschen. Dies kann uns aber nur gelingen, wenn wir all das, was wir dort gespeichert haben in Liebe in unser Herz nehmen.

Auf dieser Festplatte sind alle unsere Sicherheiten. Seien es Sicherheiten im Bereich von Partnerschaft oder auch in materiellen Bereichen. Hier finden wir auch all unsere Ängste, die sich krampfhaft an diese Sicherheiten klammern.

So halten wir das innere Drama aufrecht. Es gibt in unsrem Leben keine Sicherheiten und weil viele von uns das Urvertrauen nicht erfahren haben, scheint das Loslassen dieser Sicherheiten mit einer Angst zu sterben verbunden zu sein.

Diese Angst kann so groß sein, dass wir freiwillig niemals bereit sind, uns den Unsicherheiten des Lebens hinzugeben.

Doch unsere Seele möchte wachsen und frei werden. So werden wir schicksalhaft in Situationen hineingeworfen, die uns jede Sicherheit in unserem Leben wegrißt und wir uns im freien Fall befinden.

Dies ruft die schlimmsten Ängste auf unseren inneren Spot und wir fühlen uns ihnen zunächst hilflos ausgeliefert.

Dieser freie Fall ist ein Fall in unsere Ängste hinein und durch sie hindurch. Das Leben scheint zu entweichen, nichts bleibt so wie es war, wir tauchen in eine tiefe Dunkelheit und jeder Versuch, ihr zu entkommen muss kläglich scheitern und vergrößert unser Leiden nur noch mehr.

Ist es uns jedoch möglich, uns dieser inneren Bewegung hinzugeben, dann tauchen wir in einen Sterbeprozess ein, in dem das Alte geläutert wird und zerfällt. Jeder Widerstand, den wir aus Angst diesem Läuterungsprozess entgegenstellen wollen, hält uns im Leiden fest.

Damit wir unserer inneren Essenz näher kommen können, muss das Alte zerfallen. Es wird zum Humus für das Neue. Das ist ehernes Gesetz.

Wissenschaftler haben festgestellt, dass sich die Zellen einer Raupe im Verpuppungsstadium komplett voneinander lösen um dann neu zusammengesetzt zu werden und als strahlender Schmetterling geboren werden zu können.

Für viele von uns muss der Leidensdruck allerdings so groß werden, dass wir keine andere Wahl mehr haben als uns hinzugeben.

„In deine Hände befehle ich meinen Geist!“

Unsere Angst ist bei Licht betrachtet nur ein Gespenst, das wir kriert haben und dem wir ständig Nahrung geben.

Wenn wir nicht mehr vor ihr davonlaufen sondern uns mit ihr konfrontieren, können wir sehen, dass sie sich als Angst auflösen darf. Dahinter zeigt sich dann das eigentliche Thema vor dem uns unsere Angst „beschützen“ wollte.

Dieses Thema haben wir aus gutem Grunde abgespalten und haben die Angst als Wächter davor installiert.

Meist sind es unsere kindlichen Anteile, die verletzt, gedemütigt und verlassen wurden und die wir dann in den unteren Etagen unserer Seele in Sicherheit gebracht haben. Wären wir ihnen damals schutzlos ausgeliefert gewesen, so wären wir vielleicht verrückt geworden. Dieses verletzte Kind fehlt uns jetzt aber in unserem Leben und anstatt seine Liebe und seine Kraft zu spüren, sind wir der Angst ausgeliefert. Nur wenn wir uns diesem inneren Angstdämon stellen, darf er weichen und den Weg frei machen zu diesem verletzten Kind in uns.

Natürlich werden wir dann mit all den Schmerzen und Wunden dieses Kindes konfrontiert. Doch ohne das Aufbrechen dieses Schmerzes kann eine Heilung nicht stattfinden. Es ist wie bei jeder chronischen Krankheit. Auch sie muss in das akute Stadium zurückgeführt werden, damit sie heilen kann.

Das Kind weiß nicht, dass wir heute längst erwachsen sind und so fürchtet es sich sehr vor diesen Schmerzen von damals.

Doch wir wissen, dass es inzwischen auch einen Erwachsenen in uns gibt, der für dieses Kind sorgen kann, der es trösten kann in seinem Schmerz und in seiner Trauer. Der ihm Vater und Mutter sein kann.

Wenn wir beginnen, unser Kind in unserem Inneren zu nähren, dann können wir ihm endlich die Liebe geben, die wir ihm so lange vorenthalten haben und die wir uns immer von anderen, z.B. unserem Partner, den Eltern, den Kindern oder wem auch immer gewünscht haben.

So fordert uns das Schicksal immer wieder dazu auf, Abschied zu nehmen, unerfüllte Beziehungsdramen oder andere belastende Situationen zu beenden in die wir so lange unsere Hoffnungen gelegt haben, endlich das zu bekommen, was uns angeblich fehlt. Solange wir es in uns selbst nicht gefunden haben, werden wir es auch nie von jemand anderem bekommen. Wir bekommen nur das vom anderen, was wir uns selbst geben können.

Das Schicksal und unsere Seele wollen nicht, dass wir uns immer mehr von uns selbst entfernen und uns in anderen verlieren, die wir zu den Erfüllungsgehilfen für unser eigenes Lebensdrama auserkoren haben.

So werden wir uns schmerzlich unserer Abhängigkeit bewusst und werden jäh auf uns selbst zurückgeworfen, damit wir durch den Schmerz hindurchgehen und zur Liebe zu uns selbst finden können. Erst dann sind wir überhaupt in der Lage, einem Partner, einer Partnerin auf Augenhöhe zu begegnen, ohne uns im Anderen zu verlieren. Wir können dann unsere Liebe, die wir zu uns selbst haben, mit dem anderen teilen und erhalten sie vermehrt zurück.

Wir dürfen also lernen, erst unsere eigenen Hausaufgaben zu machen, uns mit unseren ungeliebten Anteilen die wir in den Schatten verbannt haben, auseinander zu setzen, durch Schmerz, Angst und Trauer hindurch zu gehen und sie wieder in unser Herz zu nehmen damit sie heilen dürfen.

Wenn wir bereit sind, uns selbst gegenüber und auch anderen zu öffnen, dann wird dadurch eine Energie freigesetzt, die ich die Energie der lebendigen Liebe nenne. Wir sind dann in der Lage unsere persönlichen Dramen und Geschichten, an denen wir so liebevoll festhalten, zu erkennen, sie aufzulösen und die Dramen dort hin zu bringen, wo sie hingehören: auf die Theaterbühne, zu den Göttern des Olymp.

Wir alle sind so in unsere Lebensdramen eingesponnen, dass wir nicht mehr in der Lage sind, sie als Beobachter von außen zu betrachten. Unser Ego hält daran fest, da es sich davon ernährt und uns glauben lässt, dass es schon in Ordnung ist, diese Dramen aufzuführen und dass es daraus sowieso kein Entrinnen gibt.

Wollen wir uns jedoch auf den Weg zu unserer heilen, innersten Essenz machen, dann sind wir aufgerufen, uns irgendwann von unseren inneren und äußeren Dramen und Geschichten zu verabschieden.

Wenn es uns gelänge, das Ganze von außen zu betrachten, dann wären wir nicht mehr damit identifiziert und könnten erkennen, dass es nur Rollen sind, die wir, mitunter sehr erfolgreich, spielen.

Wir leben in einer Zeit, in der wir aufgefordert sind, uns dies immer bewusster zu machen. Das Festhalten an Dramen, sei es innerhalb der einzelnen Seele, sei es im Kollektiv, hat uns in Situationen geführt, in denen wir erkennen können, dass wir immer unfreier geworden sind. Gewalt, Krankheiten, Suchtverhalten, Konflikte usw. sind Resultate dieser Unfreiheit.

Im antiken Griechenland waren die Menschen in ihre Familien und in ihre Arbeit eingebunden. Der Tagesablauf war von gemeinsamer Arbeit und Begegnung bestimmt. Und abends ging man dann ins Theater um sich ein Drama anzuschauen. Jedenfalls fand das Drama auf der Bühne statt und dieses Drama wurde von den Göttern entworfen und von den Musen umgesetzt. Die alten Griechen wussten, dass diese Geschichten und die Darsteller auch Teile ihrer eigenen Seele waren. Doch sie waren nicht mit ihnen identifiziert. Sie erkannten sich in diesen Dramen wieder und in dem sie sich ganz auf dieses Schauspiel einließen, konnten in ihrem Inneren notwendige Heilungsprozesse in Gang gesetzt werden.

Es hätte aber damals keinen Sinn gemacht und würde auch heute keinen Sinn machen, im 2. Akt des Dramas nach einer Lösung zu suchen, die sich erst im 4. Akt offenbart. Genau das versuchen wir aber immer wieder zu tun.

Das machen wir deshalb, weil wir selbst mit dem Drama identifiziert sind, kein Vertrauen in die natürlichen Abläufe unserer eigenen Seelengeschichte mehr haben und es uns noch nicht ausreichend gelungen ist, das Theaterstück als Zuschauer zu betrachten.

Im Laufe unserer Evolution haben wir dann diese Dramen von der Theaterbühne in unsere Köpfe geholt, weil wir sein wollten wie die Götter. Jetzt werden wir von diesen Dramen in unserem Inneren beherrscht und wir wissen nicht, wie wir damit umgehen sollen, noch wohin sie in Wirklichkeit gehören. Vor allem wissen wir nicht, wie wir sie wieder loswerden können. Wir haben uns so sehr mit ihnen identifiziert, dass es für uns ein Leben ohne diese Dramen schon gar nicht mehr zu geben scheint.

Es hat aber auch immer wieder den Anschein, dass wir das eine oder andere Drama in unserem Leben recht gerne spielen, denn offensichtlich verachten wir das Salär nicht, das wir, in welcher Form auch immer, dafür bekommen. So drehen wir uns über Jahrhunderte im Kreis und werden, entsprechend unseres inneren Drehbuchs von einer Rolle in die andere geworfen. Wir verlieren dadurch unseren eigenen Willen und unsere Freiheit, sind fremden Mächten unterworfen und tun dann Dinge, die uns mitunter in die Psychiatrie oder direkt in den Selbstmord führen.

Bringen wir doch diese Dramen dorthin zurück, wo sie hingehören – auf die Bühne – und setzen wir uns endlich wieder in den Zuschauerraum wo wir diese Dramen genießen können. Überlassen wir sie doch wieder den Göttern, die sie für uns entwickelt haben und lehnen uns gelassen zurück. Wir können uns an diesem Schauspiel ergötzen, können uns auch in all diesen Rollen wiedererkennen, doch wir brauchen uns nicht mehr damit zu identifizieren und sind damit frei.

Wir sind die Darsteller, das Drehbuch und der Regisseur. Doch wir sind auch der Zuschauer.

Doch um uns unsere Dramen bewusst zu machen, müssen wir durch die Dunkelheit. Das hat nichts mit Identifikation zu tun sondern mit hinschauen. Wie sagte Vergil der Seelenführer zu Dante, als er ihn durch das Inferno, seine eigene Hölle führte und beide auf die dort gequälten Seelen schauten: „Non ragioniam di lor, ma guarda e passa – Sprich nicht von ihnen, schau und geh weiter.“ (aus Dante, „Göttliche Komödie“, das Inferno, 3. Gesang).

Es gibt für den Menschen keinen anderen Weg zum Licht.

Erst wenn wir alle Seelenanteile, die wir im eigenen Dunkeln wiederfinden ins Licht unseres Bewusstseins zurückholen, können sie heilen. Da gibt es keine Abkürzung, auch wenn uns das der eine oder andere Verführer in strahlendem Gewand immer wieder schmackhaft machen möchte.

Erst wenn wir uns all dem stellen, uns der inneren und äußeren Realität aussetzen, ohne Absicht, ohne Wollen, ohne Furcht - dann sind wir frei und können uns von unseren Dramen wirklich verabschieden.

Dann weitet sich unser Herz und wir sind bereit, uns allem und jedem gegenüber zu öffnen, unabhängig davon, was wir in uns oder dem anderen vorfinden. In diese Öffnung hinein, die wir uns und der Welt schenken, kann sich dann unsere Liebe ergießen, die uns mit uns, mit anderen Menschen und mit der ganzen Existenz versöhnt.

Das wünsche ich uns allen von ganzem Herzen!

„Es ist eine Ferne, die war, von der wir kommen.

Es ist eine Ferne, die sein wird, zu der wir wandern.

Und doch ist alle Ferne nahe, wenn man es recht begreift.

Baut ihr Tempel und helle Hütten, zündet die Lichter an, ihr die ihr heute atmet, und denkt daran: Mitternacht ist vorüber und es ist Morgen geworden.“

(Manfred Kyber in: „Die 3 Lichter der kleinen Veronika“)

Aktuelles von meiner Arbeit

Es liegt mir sehr am Herzen, meinen Beitrag dazu zu leisten, dass es uns immer mehr möglich sein kann, uns aus unseren inneren und äußeren Verstecken immer mehr heraus zu wagen und zu lernen, uns mehr und mehr zu öffnen.

So möchte ich auch in meiner Arbeit den Rahmen dafür bieten, innerhalb dessen es uns möglich sein kann, immer mehr in diese Offenheit hineinzuwachsen.

Uns zu öffnen bedeutet nicht, dass wir dafür bestimmte Voraussetzungen zu erfüllen haben oder auf unserem spirituellen Weg schon sehr weit gegangen sein müssen.

Wir dürfen uns mit all dem öffnen, was in uns ist. Wir können unseren Charakter nicht unbedingt ändern. Alle vorgeburtlichen Einflüsse sind in unser Nervensystem eingepreßt wie Jahresringe in einem Baum.

Belastende Erfahrungen aus unserer Kindheit geistern immer noch durch die Chemie unseres Gehirns und unserer Gefühle. Selbst die evolutionären Verhaltensweisen unserer behaarten Vorfahren spielen bei unseren Bedürfnissen nach Sex, Nahrung und Komfort eine Rolle.

Wir können uns all dem in uns öffnen, was wir in unserer Seele vorfinden.

Selbst wenn in uns immer wieder Wollust, Gier, Wut, Angst usw. auftauchen die durch elterlichen Missbrauch oder Selbstquälerei entstanden sind, können wir uns all dem öffnen. Wir können all das als Gaben in den jeweiligen Moment einfließen lassen, vollkommen gleichgültig wie neurotisch wir in unserem Verhalten bleiben.

Wir dürfen aufhören, Verhaltensweisen, die wir als neurotisch oder krankhaft bezeichnen, als Verfehlungen abzuwerten. Auch sie gehören zu uns und auch sie sind Ausdruck unserer Liebe. Solange wir sie verurteilen und auslöschen wollen, stärken wir sie und so werden sie „hässlich“ und blockieren den Fluss der Liebe.

Die Liebe ist immer in uns, völlig gleichgültig wie unsere neurotischen Programme ablaufen.

Wir können den Ort in uns spüren, der Liebe geben und ganz in Liebe angenommen werden möchte, egal wie durcheinander wir auch immer sind.

Wir können versuchen mit diesem winzigen Kern der Liebe in uns in Kontakt zu gehen, sie ein- und auszuatmen während wir unsere Sinne öffnen und die Menschen um uns herum und unsere Umgebung spüren.

Diese Öffnung verlangt keine Voraussetzungen und wenn wir nur einen Hauch dieser Liebe in uns spüren, vollkommen gleichgültig ob wir uns weiterhin verwirrt und gefühllos im Kreis drehen, dann können wir damit beginnen. Wir werden dann die Herzen der anderen Menschen spüren, ob sie sich als Reaktion auf unsere Gaben öffnen oder verschließen. Wenn wir mit unserem eigenen Herzen in Kontakt kommen, dann können wir auch die Herzen der anderen spüren.

Vielleicht spüren wir oft den Anspruch in uns, dass wir erst „heil“ werden müssen, um unsere Liebe zu spüren. Das ist der sicherste Weg um die Liebe zu verhindern. Liebe wertet nicht und sie nimmt uns so, wie wir sind.

Ich kann aus eigener Erfahrung sagen, wie sinnlos es ist, an uns „herumzuschrauben“, so als wäre irgendetwas verkehrt oder krank in uns. Vielmehr geht es darum, uns genau so anzunehmen, wie wir sind.

Wenn ich einen krummen Rücken habe, so soll mich das nicht daran hindern, mit der Liebe in mir in Kontakt zu kommen und mich ihr zu öffnen.

Wir brauchen nicht darauf zu warten, „normale“ Menschen zu werden, um unsere Liebe uns selbst und anderen zu schenken.

Wenn wir nicht mehr den Anspruch haben, uns zu verändern, dann können wir uns dem jeweiligen Augenblick hingeben und ihn genau so akzeptieren wie er ist.

Seminarangebote

Neuer Grundkurs in Systemischer Astrologie

Ab **4. Oktober 2010** wird im Eulenspiegel in Wasserburg wieder ein neuer Grundkurs in systemischer Astrologie angeboten.

Es handelt sich um eine Reise durch den äußeren und inneren Tierkreis

Inhalte dieses Grundkurses sind:

- Grundlagen der Astrologie
- Der Aufbau eines Horoskops und dessen Elemente
- Die Reise durch den Tierkreis, d.h. jedem Tierkreisthema wird ein Abend gewidmet, wobei die Planeten, die Häuser und v.a. auch der systemische Hintergrund genauer beleuchtet werden.
- Jede/r TeilnehmerIn hat die Möglichkeit, ein bestimmtes Thema aus dem eigenen Horoskop aufzustellen.

Die Planeten werden dabei nicht als leblose Himmelskörper betrachtet, sondern sie sind als Abbild für eigene Seelenanteile (innere Personen) zu sehen, die in uns leben und von uns wahrgenommen werden möchten.

Es handelt sich also um eine erfahrbare Astrologie, die weit über die theoretischen Zusammenhänge der Astrologie hinausgeht, und unserer Seele die Tür öffnet, um sich zu offenbaren.

Dieser Grundkurs findet immer montags, 14-tägig von 19.30 – 22.30 an 14 Abenden statt (Schulferien sind ausgenommen)

Die Kosten des Grundkurses betragen 395,00 Euro

Nach diesem Grundkurs besteht die Möglichkeit, an einem Aufbaukurs teilzunehmen, der sich über 6 Abende erstreckt. Hier geht es darum, das im Grundkurs erlernte Handwerkszeug in die Praxis umzusetzen. Darüber hinaus betrachten wir die verschiedenen Auslösungen im Horoskop wie Transite, Münchner Rhythmenlehre, Solare usw. Außerdem werden wir uns hier auch eingehend mit dem Thema Partnerschaft in der Astrologie befassen.

Bewegungen der Liebe

Systemaufstellungen (Familienstellen)

Das nächste Aufstellungswochenende findet vom 25. – 26. September im Eulenspiegel in Wasserburg statt.

Wir beginnen wie üblich am Samstag um 09.00 Uhr und enden am Sonntag gegen 17 Uhr.

Das letzte Aufstellungswochenende in diesem Jahr wird dann vom 20. – 21. November 09 ebenfalls im Eulenspiegel in Wasserburg stattfinden.

Die Aufstellungstermine für das nächste Jahr findet Ihr in absehbarer Zeit im Seminarkalender meiner Homepage.

Zum Familienstellen und dem Grundkurs in Astrologie gibt es auf meiner Homepage auch jeweils einen Flyer als pdf-Datei, die heruntergeladen werden kann.

Offene Meditationsabende

Auch zukünftig werde ich im Eulenspiegel die offenen Meditationsabende anbieten. Wir werden jeden Abend eine Meditation miteinander machen und dann schauen, was sich daraus ergibt und dem dann Raum geben. Sei es eine bestimmte Übung, eine Aufstellung oder was uns gerade bewegt.

Auch hier geht es darum, zu lernen uns immer mehr dem zu öffnen, was ist und uns so zu zeigen.

Der nächste offene Meditationsabend ist am
Donnerstag, 30. September 2010 um 19.30 Uhr im Eulenspiegel in Wasserburg.

Er findet in der Regel in 14-tägigem Abstand statt.

Die aktuellen Termine findet Ihr immer im Seminarkalender bzw. dem aktuellen Hinweis auf meiner Homepage. Es ist sinnvoll kurz vorher bei mir anzurufen, ob Ihr zu einem Abend kommen möchtet. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und/oder ein Meditationskissen mitbringen.

Ihr könnt Euch über meinen Newsletter vom September 2009 näher über diese offenen Meditationsabende informieren. Ihr findet ihn auf meiner Homepage www.regele-arkanum.de unter „Newsletter“.

Ein Fest der Sinne

Vom **18. – 25. Juni 2011** werde ich dieses Seminar wieder in dieser wunderbaren Umgebung anbieten.

So möchte ich auch in dieser Zeit in der Toskana einen Raum schaffen, in dem wir einander offen mit Achtsamkeit und Wertschätzung begegnen können. In der Begegnung mit anderen begegnen wir uns ja immer selbst. Wenn es uns gelingt, uns auf die Präsenz des Augenblicks einzulassen, dann können wir das miteinander teilen, was wir vielleicht bisher zurückgehalten haben aus der Angst heraus, erkannt zu werden.

Der Fokus liegt also weniger auf dem, was in unserem Leben war, sondern zunehmend auf dem, was jetzt gerade ist. Denn im jeweiligen Moment ist auch unsere Vergangenheit enthalten. Dazu werden wir entsprechende Übungen machen, die uns unterstützen können, in die Präsenz des Augenblicks zu kommen.

So können wir lernen, uns dem Augenblick zu öffnen so wie er ist, so wie wir sind. Wir können uns von unseren inneren Bewegungen führen lassen, unseren Schmerz wertschätzen und durch ihn hindurch gehen. So kann in diesem Bewusstsein eines „Wir-Gefühls“ all das heilen, was sich bisher noch zwischen uns und unsere Liebe gestellt hat.

Darüber hinaus wird es aber auch wieder genügend Raum und Zeit geben, um diese herrliche Landschaft, dieses besondere Licht und diesen kraftvollen Ort zu genießen und auch den einen oder anderen Ausflug zu machen.

Die Kosten für dieses Seminar incl. Unterkunft und Halbpension betragen

695,00 Euro, für Paare 1.250,00 Euro.

Siehe auch den Flyer auf meiner Homepage!

Im Fluss des Lebens – ein Selbsterfahrungsseminar

Unser Leben ist wie ein Fluss, der uns mitnimmt und in dem wir Lernende sind. Wir dürfen lernen, uns dem hinzugeben, uns dem zu öffnen, was ist. Zu lernen, wie das Wasser zu sein. Das Wasser des Lebens.

Achtsam sein für unsere innere Stimme, unseren Körper und unsere Gefühle.

Wir können erfahren, dass Heilung für uns möglich ist, denn wir tragen alles in uns, was wir zu unserer Heilung brauchen.

So kommen wir in Kontakt mit uns selbst und mit anderen Menschen.

Wir können lernen, uns unserer Abhängigkeiten und zwanghaften Mustern bewusst zu werden, sie als Teile von uns in unser Herz zu nehmen und uns damit die Erlaubnis zu geben, zu genesen.

Wir haben sie erschaffen um unser Leben bewältigen zu können. Heute hindern sie uns, die Fülle des Lebens zu nehmen.

Es geht dabei nicht darum, diese Abhängigkeiten oder dieses süchtige Verhalten zu verdammen, sondern wir dürfen lernen, die Objekte, Gewohnheiten oder Menschen, auf die diese Abhängigkeiten und Süchte gerichtet sind, anzulächeln und ihnen zu sagen: „Jetzt nehme ich dich – ganz.“

Jede Abhängigkeit, jede Sucht zeigt uns, dass jemand fehlt. Süchte entspringen einem tiefen Gefühl des Mangels. Was uns fehlt, sind Seelenanteile, die wir verloren haben. Diese verlorenen Seelenanteile werden auch durch Personen aus unserer Familie symbolisiert, die ebenfalls fehlen.

So will uns dieses Seminar dafür sensibilisieren, gerade mit diesen abhängigen und zwanghaften Seiten in uns in Kontakt zu kommen und zu lernen, sie in unser Herz zu nehmen. Dann kann sich der Seelenanteil oder die Person offenbaren, die dahinter steht und die fehlt, so dass wir auch sie liebevoll in uns aufnehmen können.

Wenn unsere Seele wieder „voll“ ist, brauchen wir uns nicht „voll laufen“ zu lassen oder diese Leere mit anderem süchtigem Verhalten zu stopfen.

Wir werden einen Raum schaffen, in dem Offenheit und Begegnung möglich sein wird, so dass wir uns mit allem schenken können, was wir sind.

Aufstellungsarbeit, Körperarbeit, Arbeit mit dem eigenen Tiefenprozess, Begegnung mit anderen Menschen u.a. werden uns dabei unterstützen immer tiefer in diese Offenheit und Präsenz hineinzuwachsen.

Termin: ein genauer Termin steht im Moment noch nicht fest, wird aber in den nächsten Wochen im Seminarkalender erscheinen!

Seminarort wird voraussichtlich der Sonnenhof in Neuravensburg sein.

Seminarkosten: 180,00 Euro

Zu diesem Seminar gibt es ebenfalls einen Flyer und eine Infoseite auf meiner Homepage!

Bergwandern und Meditation

Auch im kommenden Jahr möchte ich diese geführte Bergwanderung mit Meditation wieder anbieten.

Wir tauchen ein in eine bezaubernde Landschaft, lassen uns mitnehmen von den Bewegungen, die in uns entstehen, spüren die Verbundenheit mit der Natur, den Elementen. So können wir in unsere eigene Mitte kommen, ins Herz der Dinge lauschen und uns erfahren als Teil von allem was ist, jenseits von Getrenntheit – all – eins.

Termin: 20. August 2011 – 26. August 2011

(Gebiet steht noch nicht fest, wird aber rechtzeitig bekannt gegeben.)

Kosten: 200,00 Euro zzgl. Kosten für Übernachtung auf Hütten und Verpflegung.

Auch zu dieser Wanderwoche gibt es eine Infoseite und einen Flyer auf meiner Homepage!

Ausbildung in Systemischer Beratung/ Therapie

Nachdem ich in einem früheren Newsletter darauf hingewiesen habe, dass ich mich vom Angebot dieser Ausbildungsgruppe in der alten Form verabschieden möchte, habe ich in der Zwischenzeit gemerkt, dass ich dieses Angebot gerne wieder aufgreifen und mit neuen Erkenntnissen und Erfahrungen bereichern möchte. So möchte ich ab **September 2011 einen neuen Ausbildungskurs**, der sich wieder über ca. 2 Jahre erstreckt, anbieten.

Über diesen Ausbildungskurs könnte Ihr Euch ebenfalls online informieren. Ich werde dazu auch einen neuen Flyer entwickeln, den Ihr dann ebenfalls von meiner Homepage herunterladen könnt.

Dies erst einmal als Vorab-Information. Alle die an diesem Ausbildungskurs interessiert sind, können sich gerne mit mir in Verbindung setzen.

Über alle weiteren Angebote in meiner Praxis könnt Ihr Euch wie bisher über meine Homepage informieren.

So wünsche ich uns allen Kraft und Zuversicht und das Vertrauen in die göttliche Führung. Mögen wir uns immer daran erinnern, dass wir auf unserem Weg nicht alleine sind und auch den Mut entwickeln uns immer mehr füreinander zu öffnen.



Herzlichst

Hans-Peter Regele