

Erfahrungsraum - Authentische Begegnung, Gemeinschaft, Spiritualität und gesellschaftlicher Wandel

Beschreibung des Erfahrungsraumes:

Die Zeit in der wir leben ist überkomplex, voller Widersprüche und Krisen. Die frühindustrialisierten Nationen beuten seit Jahrhunderten die Erde und den Menschen aus und hinterlassen Zerstörung, Hunger, Depression, ... , ...

Viele Menschen versuchen dem Widerstand zu leisten. Durch Aktivismus, Aufbau neuer Strukturen oder dem Versuch, das System von innen zu verändern. Doch diese Wege sind steinig und voller Gefahren, die eigene Kraft zu schnell aufzubrauchen, bspw. weil Gruppenprozesse in Kollektiven, Initiativen, Vereinen oder anderen (politischen/emanzipatorischen) Organisationen häufig mehr Kraft rauben als sie geben.

Einer der (vielleicht zentralen) Gründe kann darin liegen, dass ein Großteil des sozialen Miteinanders uns in unserer Sozialisation - in gesellschaftlichen Institutionen (Schulen, Univeristäten, etc.) sowie in Vereinen, Organisationen, Familien etc. - nicht ermöglicht, uns in voller Authentizität (unserer Gefühle, Wünsche und Bedürfnisse) zu begegnen. Vielmehr werden wir innerhalb einer kapitalistischen und patriarchalen Gesellschaft in eine andere Richtung gelenkt, um bestimmten Rollen zu entsprechen und im System "zu funktionieren".

Immer mehr Menschen spüren diese Diskrepanz zwischen ihrer Suche nach ihrem Selbst, nach ihrem "Sein in der Welt", und ihren Rollen in der Gesellschaft. Es gibt eine Sehnsucht nach authentischen Begegnungen und Beziehungen, die es ermöglichen sich Selbst zu entdecken und verwirklichen zu können ohne dabei verurteilt oder bewertet zu werden.

Auch der Wunsch nach Gemeinschaft spielt eine immer größere Rolle, da ohne eine Gruppe der Weg zur eigenen Utopie kaum möglich erscheint. Gleichzeitig sind starke Gruppen, Organisationen und Gemeinschaften, welche Gesellschaft aktiv gestalten und Utopien umsetzen, eine zentrale Grundlage für einen Systemwandel, hin zu globaler Gerechtigkeit und wirklicher Nachhaltigkeit. Damit diese entstehen können ist authentische Kommunikation und Interaktion eine zentrale Grundlage.

Im Erfahrungsraum wird es hauptsächlich darum gehen, verschiedene Zugänge zu authentischer Kommunikation und Interaktion in (kleinen und großen) Gruppen zu erleben und zu erlernen.

Hierzu sollen Räume eröffnet werden,

- die in der Begegnung mit Anderen ermöglichen, das eigene Selbst zu erkunden und zu größerem Vertrauen in die eigene Intuition, Vision und innere Kraft zu gelangen.
- die gemeinsame meditative Interaktionen ermöglichen (über das Schauen, Berührung, Musik, etc.), (siehe dazu "Kontakt-Meditation").
- die Begegnungen ermöglichen, welche auch Raum für persönliche Ängste, innere oder äußere Konflikte oder (zwischenmenschliche) Überforderungen nicht ausschließen, mit all ihren Gefühlen von Trauer, Verzweiflung, Wut etc... (siehe dazu auch "Dialogräume")
- die ermöglichen, dass die eigenen (auch subtilen) Bedürfnisse und Grenzen im sozialen Miteinander besser verstanden und kommuniziert werden können.
- welche Zugänge zu Konfliktbearbeitung erfahrbar machen, die ermöglichen das Konflikte wirklich gelöst werden können und nicht nur kritisch besprochen werden.
- die eine Reflexion über die Verbindung von individueller Selbstverwirklichung und gesamtgesellschaftlicher Transformation ermöglichen.

Inhaltlich wird der Erfahrungsraum mit einzelnen, kritischen Impulsen zu "Menschenbilder und Weltverhältnisse", "Nachhaltigkeit, Degrowth und Entwicklungskritik" und "Macht und Privilegien" gerahmt, welche dann gemeinsam dialogisch weiterentwickelt werden.

Teil dieser gemeinsamen Reise werden auch spirituelle/mystische Erfahrungsräume sein. Dies soll über die sich gerade entwickelnde Methode der "**Kontakt-Meditation**" zugänglich gemacht werden.

Die Idee der Kontakt-Meditation ist, dass in einer offenen, wertschätzenden und absichtslosen Grundhaltung ein meditativer Begegnungsraum entsteht. Durch Augenkontakt, "Vom-Herzen-sprechen", intuitive Berührung, gemeinsames musizieren, tanzen, etc. werden Interaktionen und Improvisationen ermöglicht, welche in der Langsamkeit all die verschiedenen Dimensionen menschlicher Wahrnehmung und Begegnung erfahrbar machen. Durch diese Form der Erfahrung kann sich die eigene Intuition, innere Kraft und Vision weiterentwickeln, sowie das Selbstbewusstsein und Vertrauen in die eigene Wahrnehmung gestärkt werden.

Die "Kontakt-Meditation" als Grundhaltung, wird auch innerhalb der **Dialogräume** genutzt. Diese verlangsamt nochmals den dialogischen Raum wie er in verschiedenen Methoden heute schon zur Konfliktbearbeitung oder Gemeinschaftsbildung (im Sinne einer authentischen Öffnung voreinander) genutzt wird. Die Dialogräume wie sie vor Ort angeboten werden bauen auf den Methoden "[Dialog-Prozess](#)" und "[Gemeinschaftsbildung nach Scott Peck](#)" auf.

Mehr Informationen zum konkreteren Ablauf des Erfahrungsraumes gibt es auf Anfrage oder nach Anmeldung (weitere Informationen sind noch nicht ganz fertig gestellt und werden Ende September so weit sein).

Zur Rolle der anleitenden Personen:

Das Team (aus 2-3 Personen) versteht sich als Facilitator*innen. Das heißt, dass wir zwar in Methoden und Zugänge einführen, aber diese dann nicht hierarchisch als Moderator*in leiten, sondern auf Augenhöhe eine Mitverantwortung an der weiteren Entwicklung der Räume haben, ohne dabei den eigenen Erfahrungsvorsprung und die damit einhergehende größere Verantwortung aus den Augen zu verlieren.

Zur Transparenz des Risikos:

Die Prozesse, die in dem Erfahrungsraum angestoßen werden, können zum Teil erschreckende Erfahrungen auslösen, bspw. große Angstzustände, starke Wuterfahrungen, Schmerzerfahrungen, etc. (oder auch Trauma-erfahrungen triggern).

Diese sind Teil individueller, spiritueller und therapeutischer, Verstehens- und Klärungsprozesse. Sie können sehr anstrengend sein und zeitweise dazu führen, dass wir im kapitalistischen Alltagsleben nicht besser, sondern schlechter zurecht kommen. Es könnten auch große Sinnkrisen und vorübergehende Depressionen im Nachgang des Erfahrungsraumes ausgelöst werden.. Auch wenn wir als Team das Vertrauen haben, dass wir vor Ort solche Prozesse gut begleiten können, verlassen am Ende der Zeit dann alle den Ort wieder um in ihren Alltag zurückzukehren. Wir werden zwar - falls nötig - auch nach der Zeit noch zur Verfügung stehen, um eine Integration der vielleicht erschreckenden Erfahrungen zu erleichtern. Dies ist jedoch natürlich begrenzt durch Zeit und Raum.

Jede Person, die teilnehmen möchte, muss sich diesen Risiken bewusst sein.

Wer nun große Zweifel hat und trotzdem einen starken Impuls verspürt, dieser Einladung zu folgen, kann gerne Malo dazu anrufen. Wir können dann gemeinsam schauen, ob eine Anmeldung sinnvoll ist : 0151 2190 5458

Tipp:

Es kann hilfreich sein, an dem Erfahrungsraum gemeinsam mit einer "verbündeten" Person teilzunehmen (die im besten Fall am gleichen Ort wohnt), da es nicht nur den Umgang mit dem benannten Risiko vereinfachen kann, sondern auch das weitere Erleben und Erweitern des Erlernten im Alltag ermöglicht.

Gleichzeitig kann eine solche Person euch im Erfahrungsraum davon abhalten, euch selbst anders

und neu erleben zu können, daher die Empfehlung, falls ihr zu zweit (oder mehr) kommt, versucht für die Tage des Erfahrungsraum möglichst wenig Austausch miteinander zu haben, tut so, als ob ihr alleine gekommen wärt/euch fremd wärt.

Zeitpunkt:

8.-12.02.2017

Ort: www.tagungsmuehle.de (45 nördlich von Marburg, leider schlecht angebunden, so dass die Anfahrt lange dauert)

15.-19.03.2017

Ort: <http://www.naturerlebnishof.de/> (ca. 30 km südlich von Erfurt, gut angebunden)

12.-16.04.2017

Ort: LebensLernOrt Mühle am See - <https://www.muehleamsee.de> (ca. 10 km nördlich von Weimar)

Jeweils:

Anreise Mi. bis möglichst 18 Uhr - Abreise So. ab 14 Uhr

Beginn: 1. Tag Abends 18 Uhr (Abendessen) 19.30 (gemeinsamer Start)

Ende: letzter Tag Mittag

Kosten (die gesamte Zeit sind 4 Tage, 3 ganze Tage und 2 halbe Tage):

Essen (Vegane Ernährung): 7 - 12 € pro Tag (nach Selbsteinschätzung - durchschnittlich braucht es ca. 10 € pro Person & Tag (insgesamt 4 Tage) darin enthalten sind die Nahrungsmittel (zum Großteil Bio) und ein kleiner Beitrag für die Kochenden - um ihre Übernachtungs- und Essenskosten decken zu können)

Übernachtung: 12 - 22 € pro Nacht (nach Selbsteinschätzung - durchschnittlich braucht es 17€ p.P. & Nacht für die Herberge)

Teilnahme-Spende: 0 - ?? € pro Tag (nach Selbsteinschätzung - durchschnittlich wären ca. 20-30 € p.P. & T. nötig (je nach Teilnehmendenzahl) um die Ausgaben für Material, Auto (für Material und Shuttle), etc. abdecken zu können und dem Team einigermaßen angemessene Honorare auszahlen zu können).

Essen und Übernachtung wird durch Bietrunden abgedeckt. Das heißt, in einer ersten Runde schmeißen alle das Gebot in den Topf, was sie gerne zahlen möchten. Wenn dabei zu wenig Geld zusammen kommt um die Ausgaben zu decken, wird es weitere Bietrunden geben, bis der Betrag erreicht wird.

Für die Teilnahme-Spende wird es keine Bietrunde geben, da kein Zielbetrag erreicht werden muss um Ausgaben zu decken (außer kleine Ausgaben für Auto und Material).

Von der Idee her soll die Teilnahme am Erfahrungsraum von unserer Seite ein Geschenk an dich sein und du kannst mit deiner Spende ermöglichen, dass in Zukunft andere Menschen an Erfahrungsräume teilnehmen können.

Da der Erfahrungsraum und das Finanzierungs-Konzept noch in Entstehung ist kann ich noch keine so klaren Angaben machen was auf der Ebene der Honorare für die Facilitation benötigt wird um dauerhaft Erfahrungsräume anbieten zu können. Die momentane Angabe von 20-30 € pro Person und Tag basiert auf einer reinen Schätzung, die möglichst niedrig angesetzt ist

Teilnehmer*innen-Grenze: 25

Anmeldung:

Anmeldung für Februar: bis Anfang Januar

Mail an: malo.vidal@posteo.de

Bei kurzfristiger Absage wäre es wichtig, dass ein kleiner Ausgleich für das Seminarhaus übernommen wird.

Weitere Informationen zum Ort, dem Ablauf etc. kommen nach Anmeldung