

Bedingtheit, Akzeptanz und Aufstellung

Die Kunst des achtsamen Schauens

Berlin 2.-3. Juli 2022

Malte Loos und Giles Rosbänder

In diesem Seminar befassen wir uns mit zwei Themen, die auf den ersten Blick nichts mit einander zu tun haben: Die Welt achtsam anzunehmen und gute systemische Aufstellungen zu geben.

Aus unserer Sicht sind sie aber eng mit einander verknüpft. Das liegt daran, dass die Teile unseres Denkens, die aktiv werden, wenn wir uns auf etwas achtsam einlassen, auch diejenigen sind, die die oft wie Magie wirkende Welt systemischer Arbeit als ganz natürlich ansehen.



Die Welt anzunehmen, sie also nicht zu manipulieren, oder festzuhalten oder zu interpretieren, führt uns in einen Zustand weichen Begreifens. Wir können auf einem Teil der Welt ruhen, ihn aber nicht fixieren oder einordnen. Wir müssen ihn aus sich heraus, von innen verstehen.

Mit dieser anderen Art des Verstehens öffnet sich unser Denken aber auch für eine andere Art des Zusammenhängens der Welt. Wenn wir uns achtsam einlassen, rücken abgegrenzte Objekte und kausale Modelle zunehmend aus unserem Fokus.

Stattdessen tritt ein Empfinden für das Zusammenhängen der Welt in den Vordergrund, das sich weniger auf Erklärung als auf Umgehen mit der Welt ausrichtet und seine Fähigkeit zu diesem Umgang gerade aus der Akzeptanz von

Unbeständigkeit, Nichtvorhersagbarkeit und Unvollständigkeit gewinnt. Ein flüchtiges, vielgestaltiges, unbeständiges, wechselseitig beeinflusstes Zusammenhängen wird dann für uns normal und zugänglich.

Aus diesem wandelbaren Erleben heraus wirken systemische Arbeit und Aufstellungen. Hier können auch scheinbar kleine, abseitige Änderungen in der Systemkonstellation große Auswirkungen auf das Erleben der Beteiligten haben.

Die Intuition für hilfreiche Interventionen in Aufstellungen übt sich also, vielleicht kontraintuitiv, im völligen Einlassen auf eine Bedingung. Im Buddhismus spricht man dabei von der bedingten Wahrheit, der Erfahrung einer Bedingung, die den Weg zur sogenannten absoluten, der Erfahrung des bedingten Zusammenhängens, eröffnet.

Die Welt der Akzeptanz und des sich achtsam Einlassens ist auch die Welt des Tai Chi. Auch dort ruft das Einlassen auf eine gegebene Lage die Wandelbarkeit der Welt in den Fokus und mit ihr die Möglichkeit, dass eine Situation sich von innen heraus in ihrer Bedeutung ganz ändert und eine andere Richtung einnimmt.

Im Tai Chi wird das Sich Einlassen körperlich ausgedrückt. Die körperliche Erfahrung von Akzeptanz und von innen erlebter Erfahrung ist sehr deutlich und führt den Unterschied zwischen innerem und äußerem Erleben eingängig vor Augen.

Darum ist Grundlage unseres Seminars die gelöste körperliche Übung, in der wir Empfindungsunterschiede klar benennen und herausarbeiten können. Die dabei entstehende Wahrnehmung setzen wir in Miniaturen zu Aufstellungen und systemischer Arbeit um.

Der Workshop besteht aus 4 Einheiten, in denen wir zwischen körperlicher und geistiger Übung hin und her wechseln. Seminarzeiten sind am 1. Tag von 10-19 Uhr und am 2. Tag von 9:30 bis 16:30 Uhr, jeweils mit angemessenen Pausen.



Anmeldung und Information bei:

Giles {T: 0163 4275142, M: giles.rosbänder@gmail.com} oder
Malte {T: 0174 3790176, M: malte@innere-stille.net}

Gebühren: Frühbucher **bis 20.6.22** : 150€ (100€ erm.) **Ab 21.6.** 180€ (130€ erm.)

Zahlung fällig bei Anmeldung. Rücktrittsgebühr bis 25.6. 50%, bis 1.7. 80%, danach 100% der Kursgebühr

Bankverbindung: Malte Loos: IBAN: DE38 1005 0000 1070 5377 36

Verwendungszweck: Kunst des Wie Bedingung 22