



Werden Vergehen und Bewusst sein

**Integrale Erfahrungstage über die kleinen
und grossen Übergänge im Leben**

**6.- 8. April 2012 (Ostern)
in Appenzell**

mit Remigius Wagner

Unsichere Zeiten, Endzeitstimmung, Veränderungen, Krisen und Tod, sowohl im gesellschaftlichen als auch persönlichen Feld, lösen in vielen von uns Ängste aus. Am Liebsten würden wir solchen Ereignissen ausweichen oder sie wenigstens auf etwas ausserhalb reduzieren, das mit geeigneten Methoden behandelt werden kann. Vielleicht nutzen wir zur Abwehr oder Behandlung einer Krise oder Krankheit auch all unsere Hoffnungen und verbinden sie entweder mit wissenschaftlich fundierten Methoden oder mit magisch-esoterischen Ansätzen oder gar mit einem akrobatischen Mix von all dem zusammen. Ich habe mich ausgiebig in diesen Feldern bewegt und mache das heute noch.

Doch in integralem Bewusstsein und Leben ist mehr möglich.

Diesem Mehr möchte ich mich mit Dir in diesen Erfahrungstagen zuwenden:

Lass uns Krisen, Krankheiten und unsichere Zeiten – wenn sie schon mal da sind – nutzen als Standortbestimmung über unser Leben und als Schlüssel für die Entfaltung unserer Liebe, unseres Bewusstseins und unserer neuen Ausdrucksform von Leben. Krisen und Nicht mehr weiter wissen enthalten die Chance, loszulassen von bisherigen Konzepten und uns auf eine nächste Ebene weiter zu entwickeln. Sie können zu einem neuen Verständnis vom Kosmos und von dem, was wir wirklich sind führen. Und dieses neue Verständnis ist eine wichtige Basis für unsere nächste Lebensphase, in welche Welt auch immer sie hinein führt.

Diese gemeinsamen Tage beruhen primär auf Begleitung zu tief führender Selbst- und Wir-Erfahrung. Sie sind für jene geeignet, die sich aufmachen, das Land einer neuen Klarheit und Liebe hinter den anfänglichen Klischees oder Ängsten zu entdecken. Erkenntnisse gewinnen wir durch Austausch in der Gruppe, durch Meditation und Körperarbeit und durch Vergleich mit Wissen aus verschiedenen Kulturen. Wir erweitern unsere Erfahrungen mit der integralen Orientierungskarte von Ken Wilber, mit Yoga, Tantra, einem Blick auf unsere spirituelle Praxis, unsere religiöse Beheimatung und nicht zuletzt auch auf das Ostergeheimnis. Durch authentisches Mitteilen, durch Mitgefühl und gemeinsame Übungen sind wir Spiegel und Geschenk füreinander. Unsere Wahrnehmungsfähigkeit und unser kosmisches Verständnis wird sich erweitern. Wir öffnen uns, klarer und zuversichtlicher in den Übergängen unserer Welt und in unserem eigenen Lebens zu sein. Auch über die Begleitung von Menschen an wichtigen Schwellen ihres Lebens werden wir austauschen.

Diese Ostertage beginnen am Karfreitag 6. April um 10:45 mit einem gemeinsamen Brunch und dauern bis Sonntagnachmittag 8. April um ca. 16 Uhr. Eine Ankunft am Vorabend (21. April) erleichtert das Ankommen und erste Kontakte. Nach Kursende darf man gerne noch zum Abendessen bleiben.

Uns beherbergt ein uraltes Holzhaus mit Charme und Urkraft im Appenzellerland. Die Inneneinrichtung ist beinahe wie vor 50 Jahren, mit niederen Decken, Vorfenstern, Kachelöfen und knarrenden Böden. Es gehört zum Gruppenprozess, sich beim Kochen, Abwaschen oder bei kleinen Aufgaben im Haushalt zu beteiligen.

Der Beitrag für die Prozessbegleitung ist sFr. 180.- plus sFr. 60.- für die gemeinsam zubereiteten Mahlzeiten (exkl. alkoholische Getränke). Die Übernachtung kann individuell gebucht werden. Wir vermitteln gerne eine Liste von Unterkünften der Umgebung. In privatem Rahmen und in einfachem Komfort sind ein paar wenige Einzelzimmer für Fr. 40.- und Zweierzimmer für Fr. 30.- pro Person und Nacht verfügbar.

Es hat Platz für maximal 12 Personen. Der Anlass wird im Rahmen der Regiogruppe St. Gallen – Appenzell des Integralen Forums Schweiz (www.ifschweiz.ch) ausgeschrieben. Mitglieder des IF Schweiz, des IF e.V. und der IP erhalten eine Reduktion von 40.- Fr.

Wenn Du kommen möchtest, solltest Du neben Erfahrungen in Körperarbeit die Bereitschaft mitbringen, Dich mit Deiner eigenen Persönlichkeit einzubringen sowie aktiv und achtsam zum Gelingen der gemeinsamen Tage beizutragen. Der Kurs dient der Selbsterfahrung und ist nicht als Psycho- oder Körpertherapie gedacht. Du solltest physisch und psychisch stabil und ebenso gewohnt sein, Dich in Selbsterfahrungsgruppen zu bewegen. Du trägst Mitverantwortung für Dich, Dein Tun und ebenso für die Integrität der Teilnehmenden. Bei Abmeldungen kürzer als 10 Tage vor Beginn schuldest Du uns die Hälfte der Kurs- und Übernachtungskosten.

Ich freue mich auf Dein Mitmachen und
unser gemeinsames Wachsen

Remigius Wagner



Remigius Wagner

lic. phil. I und dipl. Lehrer, Erwachsenenbildner, Mental-Trainer, Coach, seit 2011 auch LMF-Entwicklungsbegleiter nach Dr. Susanne Cook-Greuter.

Aus meinem ursprünglichen Beruf im wissenschaftlichen Umfeld und aus meinem langjährigen persönlichen Training in Meditation und Körperarbeit ist eine integrale Lebenspraxis entstanden, die Kopf, Herz, Hand, Spiritualität und Schattenarbeit zu einem fruchtbaren Ganzen verbindet. In Anerkennung all dieser Aspekte entstehen Liebe, Kraft und erfüllbare Visionen, die mit den Wandlungen in unserer Zeit Schritt halten können. Neben meiner bisherigen beruflichen Tätigkeit als Projektleiter und Coach mache ich mich mit Menschen und Gruppen auf den Weg zu innerer

Weisheit, zur Entfaltung des Bewusstseins, zur Öffnung des Herzens und zur Schöpferkraft. Die Stärkung sowohl der persönlichen Kräfte als auch jener für ein neues Gruppen- und Wir-Verständnis bis hin zu dem, wo sich beides verbindet, gehören zu meiner Passion.

Adresse: Poststr. 1, 9050 Appenzell, Tel. 071 787 15 48

Web: www.evolutioncoaching.ch

Anmeldung oder Fragen bitte bis 30. März an diese Adresse. Wir werden eine Anmeldebestätigung zusenden und ca. eine Woche vor Beginn die nötigen Detailinformationen.

*Angaben zur ersten Abbildung: „Der Aufstieg in das himmlische Paradies“.
Ausschnitt aus dem Bild von Hieronymus Bosch. Palazzo Ducale in Venedig.*

Version dieser Ausschreibung: 11.2.2012. Änderungen bleiben vorbehalten. Die aktuellsten Infos stehen unter <http://www.ifschweiz.ch/verein/regionalgruppen/st-gallen-appenzell>