



12. September 2026

Vom Wagnis und Einwilligen in das
„Sowohl als auch“ im Gegensatz zum
„Entweder oder“

"Ärgere dich nicht darüber, dass der Rosenstrauch Dornen trägt, sondern freue dich darüber, dass der Dornenstrauch Rosen trägt." (arabische Weisheit)

„Ich kann nicht leugnen, dass in uns selbst die Quelle der Schwermut und der Fröhlichkeit sei. Seit ich mit mir selbst mehr einig bin, finde ich ...mehr Freude.“ (Friedrich Schiller)

„In jedem Winkel der Seele steht ein Altar für einen anderen Gott.“ (Fernando Pessoa)

Unsere Persönlichkeit hat viele Gesichter und Facetten, die uns mit ihren verschiedenen und teils stark gegensätzlichen Tendenzen manchmal teils bewusst, teils tief unbewusst in innere Widersprüche verstricken, aber auch in Richtung Weiterentwicklung „stoßen“. Besonders deutlich geschieht Letzteres in Träumen und Krisen, die als Chance begriffen werden wollen.

Im Mythos vom Sisyphos z.B. wiederholt sich das zentrale Lebensthema, die Vergänglichkeit und den Wandel als Veränderungs- und evolutionären Entfaltungsimpuls nicht akzeptieren zu wollen und doch zu müssen. Stattdessen kann Sisyphos nicht loslassen, hält krampfhaft fest an seinen „Vorstellungen“, will „gewinnen“ und verliert das Leben.

Das rechte Machen und das rechte (Zu-/ Geschehen-/ Gehen-) Lassen ist eines der großen Gegensatzpaare. Statt des ewig „jungen“ Unterwegsseins gilt es besonderes auch im fortgeschrittenen Alter mehr als je zuvor zu lauschen und gegensätzliche, uns befruchtende Seiten und Kräfte in uns zu erkennen, zu akzeptieren und mehr zu integrieren, die uns zur Verfügung stehen wollen, um glücklich im Wandel des Lebens unterwegs sein zu können. Dies kann unser „innerer Held“ und unser inneres Kind unterscheiden. Wenn wir mit ihnen liebevoll verbunden sind, lauschen und trauen wir der leisen Stimme der Intuition und folgen mutig inneren „Rufen“. Wir erfassen Möglichkeiten, sind mit unserem Herzen verbunden und handeln entsprechend.

In Menschen, die ihr Leben als glücklich und sinnvoll erleben, zeigt sich immer wieder eine klare Verbindung zwischen mutigem Wagen und Akzeptieren des Wandels sowie eine Sensibilität ein tiefes Mitgefühl.

In diesem Samstagskurs geht es um die innere Begegnung mit den verschiedenen psychischen Energiekreisläufen in uns, die sich hinter unseren vielfältigen Verhaltensweisen verbergen. Dabei gilt es im Besonderen, zwei aktuell „rufende“ (und womöglich abgewertete) Gegensatzpole zu „heben“ sowie zu entdecken, dass ein „sowohl.....als auch“ unser Leben vitalisierter und glücklicher machen wird.

Termin: 12.09.2026

Zeit: 11 – ca. 16.00 Uhr

Ort: Austum 46b, Emsdetten

Kosten: 110,00 €

**Bitte mitbringen: Hausschuhe, Trinken, Schreibunterlagen,
Wachsmalstifte**

Für unseren Mittagssnack bei mir zuhause:

Bitte bringt jede eine Kleinigkeit zum Teilen mit (z.B.: Salat, Baguette, Dips,...)

Wir werden dann gemeinsam bei mir einen Imbiss zum Mittag einnehmen.