

## Der Mensch ist zutiefst liebenswert

### Sich dem Lebensfluss in Selbstliebe auch in bewegten Zeiten anvertrauen!

Die westliche Kultur fühlt, denkt und lebt in Gegensätzen, die sich gegenseitig ausschließen. Das beginnt mit dem absoluten, einzigen alttestamentarischen Gott und drückt sich heute in den als sich ausschließende Gegensätze empfundenen Ideen von Gut und Böse, Tag und Nacht, Licht und Dunkelheit, Krieg und Frieden und vor allem Leben und Tod aus. Dass dies keine Gegensätze, sondern die beiden notwendigen Pole einer Einheit sind, dass sie zusammengehören und nur zusammen vorkommen können, ist dem Westen oft noch fremd. Ganz anders ist es im fernen Osten. Shiva und Shakti, das Bewahrende und das Zerstörende, sind gleichwertige göttliche Kräfte, die das Leben erst ermöglichen. Das Eine (Atman oder Tao) ist das, was alles enthält. Der jüdisch-christliche Gott ist das reine und absolute Gute und hat einen Widersacher, den Teufel, dem der Part des absolut Bösen zufällt. Im taoistischen Yin-Yang-Symbol sind beide Pole ineinander verschlungen.

Praktisch folgt daraus, dass anstelle von „entweder - oder“ im Osten immer „sowohl - als auch“ gilt. Alles, was es gibt, darf und muss sein. Auch Anfang und Ende, Geburt (Leben) und Tod oder Krieg und Frieden bedingen einander und werden als notwendige Pole des großen Ganzen verstanden, und zwar nicht nur im Kopf, sondern auch im Gefühl. Das Leben entsteht aus der Spannung und ist die Bewegung, das Schwingen zwischen diesen Polen.

Die Quelle allen Lebens ist die Liebe und somit ist der Mensch auch zutiefst liebenswert. Das moderne Bewusstsein hat es nur vergessen, weil die kooperativen von Nächstenliebe und Eigenverantwortung geprägten Zeiten schon so lange vorbei sind. Seit der Mensch sesshaft wurde und Eigentum kennen gelernt hat, sind die Pole Meins und Deins in Spannung gekommen.

In dem Seminar spüren wir diesem tiefen Verständnis des Lebens nach und werden schauen, was es für jeden persönlich, für sein Leben und auch für das Weltgeschehen bedeutet, wenn wir uns, anstatt im Bewusstsein des Gegensatzes und des Absoluten zu verharren, dem Polaritätsprinzip und der ihm eigenen Relativität und dem Schwingen zwischen den Polen öffnen.

Im Auge des Sturms ist die Ruhe. In unserer persönlichen Mitte herrscht auch immer Ausgeglichenheit. Wir können diese Mitte nie verlieren. So hilft es in dieser bewegten Zeit mit Kriegen unter Menschen und Kampf gegen Viren in sich selbst zu schauen und dort alle Antworten zu finden. In unserem Zentrum ist auch der glückselige Kern, in dem wir wissen, was uns fehlt und was wir brauchen.

Das Zentrum dieses Seminars ist die Liebe und die natürliche Menschlichkeit. Für das Individuum bedeutet das, liebe- und verantwortungsvoll mit sich selbst und den Anderen umzugehen. Daraus wird dann eine liebe- und respektvolle Gemeinschaft von verantwortungsvollen Subjekten entstehen.

#### **Vier Prinzipien werden uns leiten:**

##### **Der liebenswerte Mensch des Anfangs**

Als die Menschen noch Nomaden waren, hatte jeder seine Aufgabe und alle waren für alle da. Kamen Fremde zu den Sippen, zeigten sie sich gegenseitig, was sie konnten und lernten voller Glück voneinander. An diesen Anfang wollen wir uns erinnern und uns davon inspirieren lassen.

##### **Polarität**

Alles hat zwei Pole. Licht und Schatten, Tag und Nacht, Ebbe und Flut, Einatmen und Ausatmen, Geburt und Tod. Das Eine existiert nicht ohne das Andere.

Für unser erwachsenes Ego nutzen wir einen Teil unseres Potentials, der andere Teil fällt in den Schatten oder ruht noch ungenutzt in uns. Jede Eigenschaft, die uns ausmacht,



bedingt auch ihren Gegenpol. Wenn unser Bewusstsein gereift ist und wir unsere Schattenseiten integriert haben, können wir die Einheit wieder erkennen und erleben.

### **Resonanz**

Alles ist Energie und der Mensch spürt Resonanz auf Themen und Eigenschaften, die bei ihm in den Schatten gefallen sind. Kollektiv ist bei fast allen Menschen die Selbstliebe in den Schatten gefallen, weil wir lange nach der erlebten Einheit als Ungeborene mit der Mutter im Außen suchen. Wir suchen die Liebe in einem Gegenüber. Jetzt werden wir sie wieder in unserer Quelle entdecken.

### **Im Anfang steckt alles**

Hier sind wir wieder bei unserem liebevollen Wesenskern. Alles, was wir für unser Leben brauchen, ist bereits in uns. Gemeinsam in Liebe zu uns selbst, können wir jedes Schicksal (geschicktes Heil) meistern.

In der folgenden Haltung wird das Seminar stattfinden: Alles ist herzlich willkommen, sowohl als auch darf sein, alles hat das Recht auf Zugehörigkeit.

Dieses Seminar stellt eine Anregung dazu dar, innezuhalten und wahrzunehmen, wie wir uns selbst erleben? Uns zu fragen, was macht für mich Sinn. Wo sind meine Gaben, die ich gerne der Gemeinschaft geben will. Wir dürfen wissen, dass niemand mehr vom Leben bekommt, als er/sie leben kann.

Alle Übungen und Sachinformationen beruhen auf wissenschaftlichen Hintergrundinformationen zur menschlichen Bewusstseinsentwicklung aus Neurobiologie, Psychologie, Philosophie und Physik.

Wir werden lernen, möglichst viele Facetten des menschlichen Daseins zu verstehen, zu erkennen und zu integrieren, um so in unserer persönlichen Wahrnehmung authentisch und erfolgreich zu werden. Mit wachsendem Selbstbewusstsein können wir dann elegant die Herausforderungen des Lebens ausbalancieren und werden frei von Beeinflussungen und Verführungen.

### **Ziele:**

- Das zutiefst Gute im Menschen erkennen
- Aus der Evolution des Menschen lernen
- Die Grundprinzipien des Lebens verstehen und eigene Beispiele finden
- Die Kraft der inneren Bilder entdecken und nutzen
- Die Achtsamkeit stärken
- Die Selbstliebe spüren
- Das Selbstverständnis steigern
- Den Phänomenen des Lebens ins Auge schauen und sich davon berühren lassen
- Mitgefühl entfalten und bewusst nutzen
- Annehmen der Lebensaufgaben
- Selbstbestimmt in volle Energie kommen

### **Phänomenologische Haltung**

Hergeleitet von dem griechischen Wort „phainomenon“ – „das, was sich zeigt“ oder „das, was erscheint“. Die Phänomenologie nimmt die Erscheinung als das „Wesentliche“. Es geht um die sichtbare Wirklichkeit und nicht um Interpretationen oder Spekulationen. Des Weiteren sich der Wirklichkeit und dem Leben zu unterstellen (understand), sich dem zu zuwenden, was gerade erscheint, ohne Urteil und in Liebe und sich davon leiten zu lassen. Dabei dem gegenwärtigen Moment zu folgen.

### **Methodik:**

Lebendiges Lernen heißt lernen durch Erleben. Eigenes Tun und Erfahren ist ein wesentlicher Bestandteil des Trainings. Lernen in geschütztem Raum anhand unserer aktuellen Themen sind die Grundlagen der interaktiven Arbeit. In diesem Sinne werden wir lernen, uns als „Ganzes“ wahrzunehmen, mit allen Anteilen und Möglichkeiten.

## **Meine Seminare zeichnen sich durch folgende gemeinsame Merkmale aus:**

**Sie gehen von einem Menschenbild aus**, das den Menschen als entwicklungsreiches und entwicklungsfähiges Wesen betrachtet, dessen Würde unantastbar ist. Das heißt: Ich lehne manipulative Ansätze ab und eröffne Wege zu den individuellen Potenzialen, die jede(r) in sich trägt.

### **Sie beruhen auf der Einheit von Denken, Fühlen und Handeln.**

Das heißt: Ich gehe davon aus, dass nur eigenes „inwendiges“ Erfahren eine Entwicklung über bisherige Grenzen hinweg auslösen kann. „Auswendig gelerntes“ Wissen ist zwar wichtig und nützlich, bringt uns aber nur quantitativ weiter, nicht qualitativ. Rationalität und Intuition sind aufeinander angewiesen. Sie befruchten sich gegenseitig und münden dann in stimmige Handlungen.

### **Sie schaffen durch Ent-Täuschung Freiräume für Ent-Deckungen.**

Das heißt: Ich bin überzeugt, dass der Mensch sich nach Albert Einstein „als eine Art optische Täuschung seines Bewusstseins erfährt“, dass seine „Welt“ in erster Linie von seinen eigenen Vorstellungen und Projektionen bestimmt wird. Wenn wir diesen Täuschungen auf die Schliche kommen, können wir Überraschungen entdecken, die sich hinter dem eingeschliffenen Bild unserer Welt und Umwelt verbergen.

### **Aufregendes, ganzheitliches Lernen**

Unter Anleitung beleuchten und durchleben wir Situationen, die scheinbar ohne eigenes Zutun „passieren“. In dem Seminar stellen wir uns den eigenen Erfahrungen mit Situationen, in denen wir immer wieder in die gleichen Muster fallen und selber nicht so recht wissen warum. Durch eigenes Erfahren lassen sich diese Muster durchbrechen und neue Entwicklungsspielräume eröffnen.

Durch Erlebnisübungen wie Rollenspiel, körperliche Wahrnehmungsübungen und Meditationstechniken gewinnen wir neue Sichtweisen auf das eigene Verhalten. Wir entwickeln Möglichkeiten, ein der eigenen Persönlichkeit entsprechendes neues Verhalten zu erproben. Auf diese Weise können erfahrene, erlebte neue Muster nachhaltig integriert werden. Viele kurzweilige Methoden helfen dabei, verborgene Beweggründe zu erkennen.

## **Meine Seminare**

- ... bewirken nachhaltiges Lernen durch emotionalen Bezug.
- ... vermitteln „aufregende“ Erlebnisse, die in Erinnerung bleiben.
- ... erschließen die Kraft von Gefühlen.
- ... schaffen Verbindung zu den eigenen Potenzialen.

## **Seminarleitung:**

Brigitte Palaschinski

## **Zielgruppe:**

Neugierige Menschen, leidende Menschen, Menschen, die sich weiter entwickeln und selbstbewusst werden möchten und Menschen, die sich einfach in Gruppen wohl fühlen.

## **Kosten:**

Konditionen für Unternehmen:  
600,-- € zuzüglich 19% Umsatzsteuer

Konditionen für private Zahler:  
300,-- € zuzüglich 19% Umsatzsteuer

Die Tagungspauschale inklusive Übernachtungskosten im Einzelzimmer mit Vollverpflegung beträgt 200,-- €

## **Termin:**

Freitag, den 13. Mai 2022 15.30 Uhr bis Sonntag, den 15. Mai 2022 16.00 Uhr

Es wird auch in den Abendstunden gearbeitet.

**Veranstaltungsort:**

Zentrum mit Herz, Missionarisches Zentrum Hanstedt I,  
Wriedeler Straße 14  
29582 Hanstedt  
[www.mz-hanstedt.de](http://www.mz-hanstedt.de)

Ich würde mich freuen, wenn Sie neugierig geworden sind und ein Seminar mit mir erleben wollen.

A handwritten signature in black ink that reads "Brigitta Galandisch". The script is cursive and somewhat informal.

Finanzielle Gründe sollten einer Teilnahme nie im Weg stehen. Sprechen Sie mich bitte einfach an.