

18-Monatstraining für Aufgewachte

ab 15. November 2022

Erleuchtung ist etwas, das das ganze Leben verändert.

Gibt es ein Training, gibt es "innere Arbeit" für aufgewachte Menschen? Für Menschen, die Erleuchtung erfahren haben und deren Dasein vom erleuchteten Sein bestimmt wird? Ja, gibt es. In Form eines 18-monatigen Trainings, das ab 15. November im Herbst zum dritten Mal startet.

Natürlich in erster Linie für die zahlreichen Menschen, die im Kontext meiner Arbeit Erleuchtung gefunden haben, aber auch für diejenigen, die in anderen Kontexten aufgewacht sind. Auch die sind herzlich eingeladen.

Es dauert 18 Monate mit einem intensiven wöchentlichen Treffen dienstags abends, online, und zwei viertägigen Retreats in Berlin. Freiheit und Selbstverantwortung sind der Grund, weswegen jeder oder jede das Training unterbrechen oder beenden kann, wenn es richtig erscheint.

Die bisherigen Erfahrungen zeigen, dass Erleuchtung sich vertiefen, stabilisieren und vor allem auch in das Leben und den Alltag hinein integrieren kann. Die Erfahrungen der weit über 100 bisherigen Teilnehmer*innen dieses Trainings zeigen: Es ist sehr ermutigend, sehr spannend und die Arbeit wird immer tiefer und entwickelt sich weiter.



1. Erleuchtung ist der Anfang eines Abenteuers

Aufwachen, Erleuchtung geschieht. Sie ist nicht nur ein Traum, eine ferne Vision, sondern unmittelbare Realität. In Christians Retreats und Seminaren ist es schon lange zur Selbstverständlichkeit geworden, dass Menschen Erleuchtung realisieren. Wie geht es danach weiter?

Erleuchtung ist das Ende der Zerrissenheit und der falschen Harmonie. Das Ende des ständig plappernden Verstandes. Es ist Frieden und Erfüllt-Sein. Aber es ist auch ein Anfang, der Anfang eines ganz neuen Abenteuers, das wirklich erst als das eigentliche Leben erlebt wird. Die Integration des erleuchteten Seins in die verschiedenen Lebensbereiche und ihre Vertiefung.

Nach der Erleuchtung, die auch Aufwachen genannt wird, kommt die Realisierung. Das ist Grundwissen sowohl in der östlichen Spiritualität und Mystik wie auch der westlichen. Es ist ein Dreiklang: Der Weg, die Suche – die Erleuchtung – die Realisierung oder die Verwirklichung des Eins-Seins. Sein, Bewusstsein und Glückseligkeit. Oder, in unseren westlichen Worten: Leere, Liebe und Bewusstsein.

Das Aufwachen ist eine unendlich beglückende Erfahrung, ein erfüllender Frieden, eine lebendige Stille, eine befreiende Grenzenlosigkeit, Gegenwärtigkeit, ein Baden und Schwelgen in der Glückseligkeit.

2. Wobei kann dich das Training unterstützen?

Integration

- Die inneren Bedingungen schaffen, dass die Stille viel dauerhafter das Leben bestimmt, kontinuierlicher.
- Dass die Stille auch dann nicht ganz verschwindet, wenn jemand den Aufgaben und Problemen dieser Welt begegnet.
- Das aufgewachte Sein, die Leere, Frieden und Glückseligkeit mit dem Leben in der Welt, mit dem sogenannten "Alltag" verbinden.

Fragen klären

- Was will ich in meinem Leben verändern, sodass es mehr zu meiner inneren Seins-Erfahrung, mehr zu Frieden, Liebe und Weite passt?
- Wie wirken Körper, Geist und Seele, der physische Körper, die Gefühle, die Energie und der Verstand zusammen im Einswerden mit der Unendlichkeit?

Wie finde ich wirkliche Lebendigkeit, Ekstase, Lebensfreude, fließende Energie, lebendige Nähe zu anderen Menschen, eine tiefe innere Stimmigkeit?

3. Nach dem Aufwachen

Die Beziehung zum Absoluten

Die Unendlichkeit erfährt der aufgewachte Mensch als wirkliche Identität und als tatsächliche Wirklichkeit. Als das Absolute. Aus der Leere und Liebe, die das absolute ist, ist alles geschaffen, auch ich selbst, auch du, alles was existiert. Die Erfahrung des Eins-Seins, die Erfahrung, Unendlichkeit zu sein, ist das Eine. Aber ist das Absolute nicht auch gleichzeitig als die Quelle des Geschaffenen und damit auch meine eigene Quelle ein Gegenüber? Ein Gegenüber, das sowohl als Identität erfahren als auch ein unbegreifliches Geheimnis ist? Die Auseinandersetzung mit diesem Thema, ein ganz persönliches Abenteuer mit ganz persönlichen Antworten, das haben die bisherigen Trainings gezeigt, führt zu einer deutlichen Vertiefung der Stille und des Seins.

Der Körper und die Erleuchtung

Manch einer findet Erleuchtung und erfährt Leere und Frieden, hat aber wenig Zugang zu erfüllender Glückseligkeit. Die Ursache liegt – das zeigt die Erfahrung – darin, dass der Körper zu unlebendig ist, der Atem nicht frei und der Körper nicht gelöst ist. Die weitere Befreiung des Körpers ist nach dem Aufwachen ein wichtiger und notwendiger Schritt zur Integration und Vertiefung.

Die Erleuchtung und das Leben

Es ist gleichzeitig befreiend und auch mühselig, sein eigenes Leben zu erforschen, auch gewissermaßen Bilanz zu ziehen oder besser: Inventur. Alles Tun, Beruf, auch Familie oder Beziehung, Hobbys, bestimmte Leidenschaften als ein jeweiliges Projekt anzusehen, zu ordnen und dann zu fragen: Was will ich behalten, was will ich weitermachen, was ist nur eine mitgeschleppte Gewohnheit oder sogar Ablenkung? Aber auch: In welchen Projekten steckt noch Ichhaftigkeit, der Wunsch nach Geltung, Ansehen und Bewunderung? Wo wird einem fantasierten Selbstbild, überkommenen Idealen gedient? Aber auch: Wie kann in meinen Projekten Stille, Frieden und Liebe realisiert werden?

Viele haben schon die Bestandsaufnahme als eine Befreiung erlebt, weil sie dadurch mit einem Drittel der Projekte unmittelbar aufhörten und aufatmen konnten. Aber es erfordert auch Mut, sich selbst und seinem eigenen Leben auf diese tiefe Weise zu begegnen; es kann unbequem sein und verschüttete Konflikte ans Tageslicht bringen, aber gerade dadurch Wachstum und Vertiefung ermöglichen.

Es erfordert Mut, sich selbst und seinem eigenen Leben auf diese tiefe Weise zu begegnen.

Depressionen und andere Widrigkeiten

Nach dem Aufwachen hat der Organismus den Wunsch, die im bisherigen Leben auf dem Weg liegen gebliebenen Persönlichkeitsanteile, die weggeschobenen, die verdrängten, die nur scheinbar überwundenen zu integrieren, um auch auf dieser Ebene des menschlichen Seins endlich vollständig zu werden.

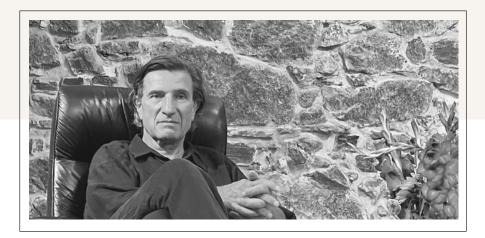
Manchmal tauchen Personen aus der Vergangenheit unvermutet wieder auf, manchmal möchte jemand frühere Orte, den Ort des Studiums oder alte Freunde wieder aufsuchen. Wenn man früher mit Depressionen zu tun hatte, oder regelmäßig mit Beziehungsstress, was auch immer – dann kann man davon ausgehen, dass das jetzt noch einmal auftaucht. Das ist ein Zeitpunkt, wo jemand denken kann: Oha oha, jetzt ist doch alles wieder wie früher. Aber durch genau diesen Gedanken wird die Ichstruktur wieder aktiviert, gerade dadurch wird wieder angekämpft gegen das Depressive oder in der Beziehung.

Stattdessen wünscht sich der Organismus, dass diese Erfahrung aus der Vergangenheit mit einem ganz neuen Blick angeschaut und durchlebt wird: Worin besteht die Erfahrung der Depression wirklich? Was hat sie mir mit meiner Persönlichkeit zu sagen, was habe ich aus ihr zu lernen, welchen wichtigen Teil meiner Person habe ich dann ganz neu kennenzulernen und zu integrieren?

Dann führt genau diese depressive Phase durch das völlig neue Erleben zu einer deutlichen Vertiefung und Integration des aufgewachten Seins. Und dann - und nur dann - kann man so gut wie sicher sein, dass sich die Depression ganz aus dem Leben verabschiedet, egal wie regelmäßig sie einen im früheren Leben gequält hat.

4. Die Vertiefung

Es ist eine spannende, intensive Erfahrung, ein wichtiger Teil des Abenteuers, das Leben heißt. Erleuchtung kann sich vertiefen, stabilisieren und vor allem auch in das Leben und den Alltag hinein integrieren.



Das Geschenk nicht vergeuden

Auch wenn Erleuchtung – jedenfalls im Rahmen meiner Arbeit – zu einer Selbstverständlichkeit geworden ist, ist es doch bitter zu sehen, dass manch einer dieses wundervolle Geschenk zu einem großen Teil vergeudet, statt es wachsen und blühen zu lassen. Ohne innere Arbeit, gerade in den ersten Jahren nach dem Aufwachen, ist die Wahrscheinlichkeit, dass das aufgewachte Sein wieder versandet und wieder einschläft, sehr, sehr groß.

Die Reise geht immer weiter

So groß, dass manch einer Bücher darüber schreibt, dass nach einiger Zeit nach dem Aufwachen wieder alles so sei wie vorher. Wir können empirisch belegen, dass das eine Lüge ist. Wirklich von Aufwachen und Erleuchtung zu sprechen, ist überhaupt erst angebracht, wenn das erleuchtete Sein dauerhaft die tiefe Grundlage des gesamten Daseins geworden ist. Wenn es, wie mit der völlig falschen Analogie des Verliebtseins, nach ein paar Wochen wieder vorbei wäre, dann würde sich die ganze Arbeit und das ganze Aufheben nicht lohnen.

Es soll keine Erfahrung für ein paar Wochen sein, sondern das Leben verändern. Und das ist ein Prozess, der das ganze Leben anhält, noch nie hat jemand davon berichtet, dass die Vertiefung der Wahrheit irgendwann zu Ende wäre. Voller Freude auf das vor mir Liegende und voller Dankbarkeit für das Geschenkte. Und gleichzeitig ist in der Gegenwärtigkeit alles still, grenzenlos weit, voller Frieden und Glück, gleichzeitig hat Vergangenheit und Zukunft nie existiert.

In der Gegenwärtigkeit ist alles still, grenzenlos weit, voller Frieden und Glück, gleichzeitig hat Vergangenheit und Zukunft nie existiert.

5. Organisation & Ablauf

- Das Training dauert 18 Monate und beginnt am 15.11.2022.
- Jeden Dienstagabend von 19:30-21.30 Uhr findet ein wöchentliches Treffen mit Christian und der Gesamtgruppe über Zoom statt, das auch aufgezeichnet wird.
- Vorher gibt es ein einstündiges Treffen von 18:30-19:30 Uhr in Kleingruppen zur Vorbereitung der Gesamtgruppe und für den Erfahrungsaustausch über durchgeführte "Übungen". Alle Schülerinnen und Schüler werden am Anfang des Trainings per Zufallsprinzip einer Kleingruppe zugeordnet.
- Zwischen den Treffen gibt es regelmäßig bestimmte Aufgaben: Körperübungen, andere Übungen, Übungen mit denen etwas Persönliches erforscht wird, zum Beispiel dem inneren Kind oder dem Absoluten einen Brief zu schreiben.
- Es gibt zudem zwei jeweils 4-tägige Live-Treffen (Do So) im Zentrum in Berlin (im Preis inkludiert).
- Der Besuch weiterer Seminare von Christian während des Zyklus – vor allem die Teilnahme am Sommer- und Winterretreat – wird dringend empfohlen. Hier kommen wir über einen längeren Zeitraum zusammen, haben einen festen Übungskontext, einen intensiven Austausch, wodurch tiefere Prozesse entstehen. Aber auch die Teilnahme an den Enneagramm-Seminaren ist von großer Bedeutung.

Monatliche Kosten

Normalpreis 280€ Reduziert 210€ Geringverdiener 140€

(Kurzantrag über ermaessigungen@zeitundraum.org)



Bewerbung

Für die Bewerbung ist ein Fragebogen auszufüllen, die eigene Erfahrung des Aufwachens zu beschreiben und die gegenwärtigen Wünsche. Denn eines ist ganz wichtig: Oben sind einige Facetten und Themen eines solchen Trainings dargestellt, aber vieles entsteht erst durch die Fragen und Themen der einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Das Training ist auch für Menschen, die in anderen Kontexten oder sogar ganz alleine aufgewacht sind. Die Beantwortung des Fragebogens ist nötig, und dann, gerade wenn Christian jemanden gar nicht kennt, womöglich auch ein persönliches Gespräch online.

Wenn du dich für das 18-Monatstraining bewerben möchtest, dann schreib uns an info@zeitundraum.org und wir schicken dir den Fragebogen zur Bewerbung zu.

INFO@ZEITUNDRAUM.ORG



Christian Meyer ist spiritueller Lehrer, Psychologe und Psychotherapeut und gibt seit über 20 Jahren Retreats, Seminare und spirituelle Fortbildungen in vielen Städten Deutschlands und im Ausland. So gibt es bereits seit langem Schüler und Schülerinnen in Deutschland, Österreich und der Schweiz, eine Sangha und Bewusstheits-Gruppen, in denen die Arbeit intensiviert wird. Hier erfährst du in einzigartiger Weise die Verbindung von Spiritualität und Psychologie, Tradition und Moderne, westlicher und östlicher Weisheit.

Karen Horney Institut e.V.

Berliner Institut für tiefenpsychologische und existenzielle

Psychotherapie

Grunewaldstr. 18

10823 Berlin-Schöneberg

E-Mail: info@zeitundraum.org

Webseite: www.karen-horney-institut.de/