

Teilnehmer Rückmeldungen

... Gedanken und Gefühle zur Woche »Wie im Himmel«

Es gab nur wenige Zeiten in meinem Leben, wo ich gleich intensiv gefühlt und vor allem auch mitgeföhlt habe wie in dieser Woche; es war Empathie im besten Sinne. Durch das gemeinsame Singen und die Kreistänze mit Armin wurde eine tragfähige Gruppenstimmung geschaffen. Das hat dann ermöglicht, dass auch starke junge Teilnehmer auf dem Bodhis Herzstühlchen und beim Dauersingen mit Nhanda ihre Alltagsmasken fallen lassen konnten. Die offen dargelegten Schicksale und kommenden Lebenswege vieler Teilnehmer werde ich nie vergessen.

Es war unbeschreiblich wohltuend zu wissen, dass man nicht der einzige ist, der bei bestimmten Melodien oder Lebensberichten die Tränen nicht zurückhalten kann. Ich brauche oft Augentropfen; nun kann ich auch von Armins CD ?Alles ist in mir? abspielen und mitsingen ? und schon sind die Augen feucht ? ohne Tropfen.

Selbstbegegnung und Heilkraft der Musik: Ich staune über mich selbst, indem ich feststelle, wie nur schon die kleinste Änderung in einer Melodie oder einem Rhythmus, z.B. des gleichen Spirituals ?Let us break? von klassisch zu swing mich dazu hinzieht oder emotional gleichgültig werden lässt. Ich habe erlebt, wie Texte und Lieder Menschen für den Alltag stärken können.

An dieser Stelle möchte ich auch Bhairavi und Samarpan für die grosse Organisationsarbeit und der Gemeinschaft vom Haus Dorothea für die gesunden Speisen danken.

Ich spüre, wie sich dieser Besuch ?im Himmel? mich positiv verändert hat ? dies wurde auch von meiner Partnerin klar registriert. Ich kann diese Woche von Herzen weiter empfehlen." - Ueli –

"Zu deiner Frage nach dem Seminar "wie im Himmel" möchte ich dir heute ein paar Zeilen schreiben.

Beim Tanzen wurde mir auf einmal bewusst: ich "muss" nichts leisten. Ich darf mich diesen einfachen und doch so schönen Bewegungen h i n g e b e n. Auch beim Singen ? einfach nur sein.

Die Gesangstherapie mit Nhanda Devi hat noch mal meine Vergangenheit hervorgezaubert. Und dann ? es ist alles Liebe!!!

Dann das Miteinander mit den anderen Teilnehmern war sehr liebevoll, besonders (oder nicht nur) mit den Freunden aus der Schweiz und Tirol war wie ein wunderbares Gewebe aus Geben und Nehmen." - Ulrike –

"Nun aber zum Rückblick auf "Wie im Himmel": Ich ging mit der Erwartungshaltung dorthin: das gibt eine lustige Sing-Tanz-Woche. Meine Erwartungen wurden weit übertroffen. Berührung, Transformation und Liebe fand für mich statt - auf vielen Ebenen. Noch heute klingt so viel in mir nach. Ich habe viele Referenzerfahrungen gemacht, die ich nie mehr vergessen werde und die mir aufgezeigt haben, welches mein Weg sein könnte (oder ist). Auf der Ebene der Gruppe und der zwischenmenschlichen Beziehungen: Ich durfte erleben, wie ich - nach anfänglichen Vorurteilen - mich öffnen konnte und ein ganz wichtiges Gefühl und eine wichtige Erfahrung machen durfte: Bis anhin hatte ich immer geglaubt, Heimat ist ein geografischer Ort! Dort, wo ich aufgewachsen bin, dort wo meine Familie ist. In Flüeli Ranft habe ich eine wichtige Referenzerfahrung gemacht: Heimat ist dort, wo mein Herz ist. D.h. ich kann überall hin gehen. Wenn ich bereit bin dazu, mein Herz zu öffnen, dann wird jeder Ort auf dieser Welt zu meiner Heimat. WAS FÜR EINE WERTVOLLE, VERÄNDERNDE

ERFAHRUNG. FÜR MICH FAST DIE WICHTIGSTE IN DIESEM WORKSHOP. Ich fühlte mich so aufgehoben in der Gruppe, ich spürte die Liebe auf so verschiedenen Ebenen: in der Berührung mit anderen Menschen, im Tanz, im Singen, im Rhythmus, im Austausch mit anderen. Der respektvolle, liebevolle Umgang hat mir geholfen, mich und mein Herz zu öffnen.

Auf der Ebene der Stimme: Ah, das war fantastisch! Die 1.5 stündige Nhand-Devi-Übung war ein Quantensprung für mich. Ich habe meine Stimme (wieder)gefunden. Das Lied, das aus mir herauskam, sing ich noch heute, und es berührt mich jedes Mal. Ich habe am Wochenende meinem Vater zum 80. Geburtstag ein Lied vorgesungen, vor 20 Leuten. Ich sah, wie den Menschen das Herz aufging. Nachher kam mein Vater, schluchzend, zu mir und sagte: "Es war wunderschön, vielen Dank!" Eine solche heftige Reaktion habe ich noch nie (wirklich noch nie!!!) von meinem Vater erlebt. Ich spürte nach dem Wochenende in Flüeli Ranft eine solche Kraft und Erdung und Liebe in mir, wie ich das noch nie hatte. Und es wirkt nach. Immer noch! Immer wieder! Ach, ich bin voller Dankbarkeit dafür.

Auf der Ebene des Tanzes: Ich wusste, dass ich gerne tanze und Rhythmus im Herz und im Blut habe. Mich noch tiefer darauf einzulassen, auch wenn es anfänglich Überwindung brauchte, hat mir so viel gebracht. Immer wieder hörte ich die inneren, hemmenden Stimmen: "Das ist doch alles lächerlich, nimm dich doch nicht so wichtig etc." Ich konnte diese Stimmen jeden Tag etwas mehr loslassen. Auch das wirkt bis heute nach. Ich fühle mich irgendwie befreiter.

Auf der Gefühlsebene und auf der spirituellen Ebene: Ich danke allen, ganz besonders natürlich auch Bodhi, dass ich mir den Raum nehmen konnte und mich zeigen durfte, wie ich gern sein möchte. Dabei durfte ich erfahren: Ich werde auch geliebt und geschätzt, wenn ich Gefühle zeige. Oder gerade besonders dann erst. Auch das war für mich eine wichtige Referenzerfahrung, die mich in Zukunft begleiten wird. Wenn jetzt im Alltag Gefühle, wie Angst, Wut oder Trauer hochkommen, versuche ich, diese mit Liebe zu umhüllen, ganz einfach mich auch dafür zu lieben. Das ist ein langsamer Prozess, aber er ist in Gang gekommen - in Flüeli Ranft. Er wird mich weiter zu mir führen und dorthin, wo ich schon immer sein wollte: bei der Liebe, bei den Menschen, beim Zusammensein.

Lieber Samarpan, auch Dir möchte ich danken für Deine humorvolle, geerdete Art in diesem Workshop. Für mich war es ganz wichtig, Dich dabei zu haben. Wir Männer waren ja ohnehin stark unterrepräsentiert. Und da war es für mich umso wichtiger, dich in der "Männergruppe" dabei zu haben.

Ein Dankeschön an Deine Lebenspartnerin, die mir am Freitag (oder war es Samstag) bei einem Tanz eine starke, kraftvolle Begegnung ermöglichte.

Du siehst: "Wie im Himmel" war alles andere als eine Sing- und Tanzwoche für mich. Ich durfte Erfahrungen machen, die mein Leben verändert haben. Das tönt jetzt vielleicht etwas abgedroschen, ist aber deshalb nicht minder wahr. Ich bin voller Dankbarkeit dafür. DANKE an alle. DANKE." - Martin -