

Schamanismus: Lebendige Nahrung im Alltag

Fachtag von Mitten im Labyrinth e.V.
Im Bürgerhaus Barmbek e.V., Lorichstraße 28a, 22307 Hamburg

Samstag, 25. Januar 2020, von 9.00 bis ca. 19.00 Uhr

Anschließend Buffet und Ausklang. Einlass ab 8.30 Uhr

Bitte mitbringen:

Kulinarischer Beitrag für das Abendbuffet
Kleiner Gegenstand für den Ahnentisch
Eine Handvoll Vergängliches im Schraubglas für die Mitte

Anmeldung an: mail@mitten-im-labyrinth.de

Überweisung des Kostenbeitrags: 40,- € (30,- € MIL-Mitglieder) an:

Mitten im Labyrinth e.V. IBAN: DE 42 2019 0003 0014 2241 00

Eingeladen sind Menschen, denen eine schamanisch inspirierte Sichtweise vertraut ist, und alle, die diese kennenlernen möchten.



Jede/r von uns hat einen Alltag und damit mehr oder weniger Regelmäßiges in ihrem oder seinem Leben. Wir wohnen, schlafen, kochen, essen, waschen, arbeiten, treffen Freunde, reisen kurze und lange Strecken. Alltag ist das tägliche Leben. Der eine funktioniert mehr, als ihm lieb ist. Die andere ist zeitlich in vielem frei. Für manche ist es ein tägliches Einerlei, für andere ist jeder Tag ein neues Glück. Routine kann entspannend sein. Langeweile ist häufig schwer zu ertragen. Wir hören und erleben auch täglich Neues, mit dem wir mehr oder weniger in Resonanz gehen. Durch einen weltumspannenden Informationsradius wird unsere Wahrnehmung zusätzlich herausgefordert.

An diesem 3. Fachtag wollen wir Kraftquellen finden und aktivieren, die uns in unserem Alltag nähren können. In verschiedenen Workshops und durch inspirierende Vorträge werden wir wieder die Gelegenheit haben, von einander zu lernen und dabei Kraftpotentiale zu erfahren und Vertrauen zu entwickeln. Wichtig ist dabei auch, dass wir uns miteinander verbinden und in dieser gefühlten Gemeinschaft Sicherheit erleben und Mut für die Zukunft gewinnen können.

Programm

Wir wollen diesen Fachtag wie einen lebhaften, prallvollen Alltag gestalten.
Jede Stunde hat ca. 50 Minuten „Programm“ und ca. 10 Minuten „Pause“.

Ab 08:30 Uhr	Einlass
09:00 – 10:00	Begrüßung und Anfangsritual
10:00 – 11:00	Vorstellung des Programms
11:00 – 12:00	Vorträge / Workshops I
12:00 – 13:00	Vorträge / Workshops II
13:00 – 14:00	Mittagspause
14:00 – 15:00	Vorträge / Workshops III
15:00 – 16:00	Kaffeepause
16:00 – 17:00	Vorträge / Workshops IV
17:00 – 18:00	Austausch und Kurzpräsentation der Vorträge und Workshops des Tages
18:00 – 18:45	Weiter Kurzpräsentation und Abschlussritual
ab 19:00 Uhr	Abendessen / Buffet und Ausklang

Organisatorisches

- Da in einigen Workshops schamanisch gereist wird, bringe bitte Matte und Decke mit, falls Du lieber im Liegen reist.
- Essen und Getränke für die Mittags- und Kaffeepause sind im Preis inbegriffen. Für das gemeinsame Abendbuffet bringen bitte alle etwas Kulinarisches mit.
- Nach vorheriger Absprache ist es möglich, eigene Arbeiten zu präsentieren und anzubieten.

Angebote an Vorträgen und Workshops

Kraft-Voll im Alltag leben 1 → **Tamara Jakutz, Kyra Prehn, Christine Roth** (Workshop)

Wir wollen mit Euch verschiedene schamanisch inspirierte Kraftquellen für den täglichen Gebrauch erschließen. Wir rekapitulieren, was wir schon kennen und was entstaubt werden möchte, lassen uns von neuen Ideen inspirieren und werden einiges praktisch umsetzen. Die Workshop-Teile 1 und 2 bauen auf einander auf, können aber auch einzeln besucht werden. Teil 1 wird sich mit leiblich bezogenen Übungen beschäftigen, um uns im Hier und Jetzt der mittleren Welt der alltäglichen Wirklichkeit mit unserer Kraft verbunden und selbstwirksam zu erleben.

Kraft-Voll im Alltag leben 2 → **Tamara Jakutz, Kyra Prehn, Christine Roth** (Workshop)

Teil 2 bezieht die geistige Welt stark mit ein. Unsere Arbeit in der mittleren Welt der nichtalltäglichen Wirklichkeit bezieht verschiedene Dimensionen und Übungen mit ein, in dem wir das große Ganze nähren und auch selbst genährt werden.

Gemüseselbsternte Kirchwerder → **Matthias Micklich** (Vortrag)

Seit über 10 Jahren ziehen, pflegen und ernten Stadtmenschen ihr eigenes Gemüse in Kirchwerder, vor allem aus biologischem Erhaltungs-Saatgut, also "alten Sorten". Es wird berichtet, wie der Gemüseanbau in Gemeinschaft funktioniert, und worin der Mehrwert liegt, selbst zu ackern.

Solidarische Gesundheitsversorgung → **Lydia Abdulgavad, Petra-Maria Dreessen** (Vortrag)

Artabana ist ein Netzwerk von Menschen, um in gesundheitlichen Belangen und in wirtschaftlichen Notfällen solidarisch für einander einzutreten. Als Artabana-Mitglied gehe ich bewusst und selbstbestimmt mit meiner Gesundheit um, bin Teil einer Gruppe, einer Region und eines deutschlandweiten Netzwerkes. Ich helfe mit, dass wir in vertrauensbildenden Prozessen Wege finden, unsere Gesuche finanziell und durch ganz pragmatische Unterstützung zu ermöglichen. Im Vortrag erzählen wir Verschiedenes aus der gelebten Praxis.

Haare als Spiegel der Seele → Monika Enghusen (Workshop)

Monika Enghusen arbeitet in ihrem Friseursalon seit Jahren voller Inbrunst für natürliches und damit gesundes Haar, z.B. mit integralem Haarschnitt und mit Pflanzenfarben. Haare werden nicht gebändigt oder in Form gebracht, sondern liebevoll unterstützt. Bei einer Vorführung der Bürsten-Massage zeigt sie, wie einfach und wirksam traditionelle Haarpflege sein kann. Eine eigene Haarbürste kann gerne mitgebracht werden.

Zeitgemäße Rituale für Kinder → Ingrid Seefried (Workshop)

In diesem Workshop geht es darum, wie ich Rituale für Kinder als zeitgemäße Übergänge entwickeln kann, und zwar am Beispiel einer "schamanischen Taufe" als Willkommensfest. Welche Bausteine brauche ich, und wie bringe ich diese zusammen? Im praktischen Teil gestalten wir dann selbst eine Kerze, die zeigt „Welche Gabe bringe ich mit auf diese Welt?“.

Gestaltung von Ritualen im Lebenskreis → Sabine Barkowsky (Workshop)

In diesem Workshop werden Übergangsrituale im Lebenskreis vorgestellt. Dabei fließen in unsere schamanisch inspirierte Praxis auch Elemente europäischer zyklischer Lebensmodelle und von Systemischer Prozessgestaltung in der Natur mit ein. Im praktischen Teil gibt es Austausch und Gelegenheit, ein Übergangsritual für einen gegebenen / selbst gewählten Anlass zu entwickeln.

Indianische Schwitzhütte → Jörg Töpfer (Vortrag)

Verbindung mit den Ahnen – Reinigung, Kraft und Heilung. Erläutert werden Geschichte und Spiritualität des indianischen Schwitzhütten-Rituals. Vorbereitung, Aufbau und Verlauf sind genau festgelegt. Das Setting trägt, verbindet und wirkt: Der Altar, die Pfeife, die Steine, das Wasser, das Trommeln, die Lieder, die Kräuter. Jede der vier Schwitzrunden hat eine klare Intention.

Visionssuche → Christiane Wilkening (Workshop)

Immer wieder in unserem Leben kommen wir an eine Schwelle, die es zu überschreiten gilt, wenn wir uns weiterentwickeln wollen. Eine Visionssuche ist ein uraltes Ritual, das in vielen Kulturen seinen Platz hatte, um Lebensübergänge bewusst zu gestalten. Auch heute kann es eine Möglichkeit sein, sich neu zu orientieren und den Roten Faden in eigenen Leben wieder aufzunehmen - und zum Wohl der Gemeinschaft weiter zu weben. In diesem Workshop stelle ich die Tradition und unsere heutige Praxis von Visionssuchen vor.

Sterbe- und Trauerbegleitung → Nadine Beyer, Heike Vetter (Vortrag)

Als Sterbeammen begleiten wir Menschen, die sich auf den Tod vorbereiten oder gerade einen Menschen verabschiedet haben. Diese Zeit kann voller Schmerz und gleichzeitig voller Intensität sein. In unserem Dialog-Vortrag möchten wir den Abschiedsprozess und ein Seelengeleit vorstellen und dabei in der Begleitung aus dem vollen Wissen unserer Ahnen schöpfen. Altes Brauchtum in unsere Zeit übersetzt, kann Trauerheilung für alle Beteiligten sein. Anhand einer möglichen Aussegnung werden wir u. a. einen begleiteten Abschied praktisch vorstellen.

Begegnung mit unseren Ahnen → Lucie Bischof, Uta Brosch (Workshop)

Die Ahnen sind mit ihrer Liebe tagtäglich bei uns. In einer Reise treffen wir unsere wohlmeinenden Großmütter und holen sie in unseren Alltag.

Alltag und Politik in einer spannungsgeladenen Zeit → Regina Reckert (Workshop)

Wenn wir Nachrichten sehen oder hören, wenn wir Zeitung lesen, dann begegnen uns Katastrophen, chaotische Weltpolitik und Umweltzerstörung. Womit reagieren wir: Tanz auf dem Vulkan? Nach mir die Sintflut? Kopf in den Sand? Ewiger Kampf? Wo stehe ich – wo stehen wir? In diesem Workshop suchen wir das Gespräch mit der nachkommenden Generation.