

# Miteinander sein

Erfahrungen auf der Holon-Sommertagung.  
Von Anna-Maria Widmer

Ich beginne mit der Schluss-Runde: 32 Frauen und Männer, zwischen 10 Wochen und 60 Jahre alt, sitzen im Kreis um eine schön gestaltete Mitte mit Blumen, Wasser, Licht ✓ zum letztenmal! Beim Feedback-Geben ruft ein männlicher Teilnehmer, im Herzen sichtlich bewegt, in die Runde: 'Ich liebe euch!≈ Das kommt irgendwie überraschend, finde ich, es sagt aber viel aus über die gewachsene, tragende Schwingung dieser Woche.

Für mich sind es ganz einfach die Menschen, die dieser Woche ✓ und jeder Holon-Woche, bei der ich dabei sein konnte ✓ die Farbe, den Duft, das Gepräge geben. Frauen und Männer im Aufwind, mit Begabungen, die sich entfalten wollen und denen hier der Raum geboten wird, dies auch tun zu dürfen. Menschen, die etwas zu sagen, zu zeigen haben oder einfach durch ihr Da-Sein, So-Sein hineinwirken.

Ein Teil-Nehmer (und -Geber), dem ich immer wieder bei Holon begegne, sagte mir: 'Hier dürfen wir alle unvollkommen sein ✓ wir müssen keine Koryphäen sein, um etwas uns Wichtiges einzubringen (der Geist weht, wo er will!), und im Austausch und in der Begegnung zwischen dir und mir wachsen wir, wandeln wir uns von Mal zu Mal.≈ Ja, so erlebte ich es auch dieses Mal wieder.

## Die Wirkung des Kreises

Sicher sind wir vielleicht alle 'Eigenbrötler≈, und zu Beginn der Woche stehst du halt etwas abseits, beschnupperst und wertest vielleicht vorerst. Doch bald scheint etwas zu wirken, nämlich die Symbolik des Kreises, den wir täglich bilden. Das ist für mich immer wieder etwas Faszinierendes. Denn im Kreis findet sich symbolisch die Ganzheit, so dass wir das Eine im Vielen erkennen. Der Blick derjenigen im Kreis führt in die gemeinsame Mitte, die Spiegelbild unserer eigenen Mitte sein kann, und so verbinden wir uns mit uns selbst und mit den andern im Kreis.

Und das dreimal am Tag: um 9 Uhr zum Tageseingang mit Körpererfahrungen, Lied oder Tanz zum Thema Wasser, das uns durch die Woche begleitete, dann um 18 Uhr zum rituellen Liedtanz und um 21 Uhr zur Austausch-Runde oder einem kreativen Abendangebot. Dazwischen gab es am Vormittag Vorträge mit anschließenden Gesprächskreisen und nonverbale Angebote wie kreativen Tanz, meditativen Tanz, Chor-Singen, Bogenschießen, Feldenkrais-Arbeit, Kuschelstunden und vieles andere. Die letzteren Angebote variieren von Jahr zu Jahr, je nach TeilnehmerInnen. Und alles nach freier Wahl ✓ schwierig, sich zu entscheiden!

So sah für mich zum Beispiel ein ausgewogener Tag aus: Am Morgen nahm ich mir nach dem Tageseingang die Freiheit, beim Vortrag nicht dabei zu sein. Stattdessen wanderte ich zum Wasserfall, zwei Stunden lang, und spürte bald, wie sich mein inneres Kind regte und sich riesig freute, weg vom Kopf zu allem



Sinnlichen hin, das die Natur mir schenkt. Während des Mittagessens genoss ich wieder die Gemeinschaft und die anregenden, bereichernden Gespräche. Am Nachmittag beschloss ich, das einzige Angebot der Woche in kreativem Tanz zu besuchen, und ich bereue es nicht. Wir vier Frauen mit einem überaus langen Tuch spielten Wellen und Meer, Toben und Brausen, Säuseln und Strömen ° bis wir uns langsam vereinzeln und jede am Boden liegend ganz zu sich findet, in sich die Qualität des Wassers erspürt, ruht und wieder neu in Bewegung kommt. Dabei werden wir subtil begleitet von der Workshopleiterin, die gleichzeitig den kleinen Knaben in den Armen wiegt, damit seine Mutter tanzen kann. Welch schönes Bild!

Nach dem folgenden Wassertreten in der Kneipp-Anlage unweit unseres Hauses fühle ich mich so entspannt und wohl, dass ich wieder frisch bin für den angekündigten Abend: Die Gruppe Dynamik5 präsentiert mit Ton und Bild, Dialog und Lyrik etwas sehr Spannendes und Interessantes ✓ die widerstrebenden Stimmen um uns und vor allem auch in uns, die Hoffnungslosigkeit, aber auch das Erwachen von Lebensmut und immer wieder die innere Stimme, die aus dem Wesenskern jedes einzelnen spricht. Das lässt mich aufhorchen, in aller welthaften Realität diese Dimension zu suchen. Sie will gepflegt werden, in der Stille, um das 'Andere≈ zu hören.

## Außen und Innen erleben

Meine Nachbarin auf dem Stuhl neben mir findet den Abend zu lang und zu intensiv nach dem gefüllten Tag. Zum Glück kann ich da nicht zustimmen, da ich mir herausgenommen habe, was mir gut getan hat.

Im Workshop von *Gandalf Lipinski* 'Die Stimme strömen lassen≈ ging es ganz hoch und heiter in unseren stimmlichen Ausdrücken her. Er führte uns in seiner köstlichen Art und mit großer Begabung von ganz außen nach ganz innen. Das ist eigentlich nur zu erleben, schlecht zu beschreiben.

Noch kurz streifen will ich Vorträge, die ich mir angehört habe, beispielsweise die Gedankengänge von *Werner Binder* zum Thema 'Bewusstsein und

Vernetzung≈, die für mich so richtig 'neue Energie≈ brachten, konkret übersetzbar in mein Leben. Dankbar nahm ich auch die Gedanken von *Gil Ducommun* und *Werner Binder* auf, die uns eine neue Partei in der Gründungsphase vorstellten, was auf mich glaubwürdig und überaus ermutigend wirkte.

'Für den Wandel ✓ wie wir wirklich leben wollen≈, war das Thema dieser Woche, die auch einem Element zugeordnet war ✓ dem Wasser.

Ich persönlich habe mich darin gefunden ✓ Wasser als etwas Fließendes, vom Gefühl oder der Intuition geleitet, das nicht aufzuhalten, aber auch nicht festzuhalten ist, sich immer wieder verändert und ganz wirklich zu erleben war.

Ich danke allen aus ganzem Herzen für viele erfrischende Lernerfahrungen. Es wird mir bewusst, dass ich etwas 'schweizlastig≈ geschrieben habe, aber das war völlig unbeabsichtigt! Dass ich nächstes Jahr in der 'deutschlastigen≈ Vorbereitungsgruppe mitmache, spricht doch für sich, nicht? ♡

## KALENDER

### Seminare, Vorträge und Gesprächsabende

Die Konvergenz-Gesellschaft bietet eine dreiteilige Serie von Vorträgen und Gesprächsabenden jeweils um 20 Uhr an:

1. Abend: 10. Oktober, Hannover
2. Abend: 14. November, Hannover
3. Abend: 2. Dezember, Schönhagen, und 5. Dezember, Hannover.

◆ *Konvergenz-Gesellschaft, Gandalf Lipinski, Tel. (05262) 995530*

### Dynamik5, Konzeptgruppe Menschenbild, Weltbild, Gesellschaftsbild

Die Konzeptgruppe von Dynamik5 trifft sich am Wochenende vom 21. bis 23. Oktober im Breisgau.

◆ [ernst-g.hilgenstock@online.de](mailto:ernst-g.hilgenstock@online.de)

Das nächste Begegnungswochenende von Dynamik5 findet am 18./19. März 2006 in Solothurn statt.

◆ [www.dynamic5.org](http://www.dynamic5.org)