

Einfach da sein dürfen, ohne Aufgabe, ohne Funktion, ohne Leistung

Kurz-Seminar mit Austausch, kleine Gruppe

In der Natur hat jedes Lebewesen selbstverständlich die Berechtigung zu leben, zu existieren, zu sein. Von der Mücke bis zum Elefanten: jeder darf sein und es ist ausreichend, einfach nur zu sein. In der Menschenwelt hat es sich dahingehend verschoben, dass man üblicherweise seine Anwesenheit mit einer Funktion, einer Aufgabe, einem bestimmten Verhalten, einem Geschenk oder einer Leistung verbindet. Manchmal wird wirklich etwas erwartet. Aber absurderweise gehen Menschen oft davon aus, die andere Person würde dieses oder jenes erwarten und setzen sich damit unter Druck, obwohl die andere Person gar nichts erwartet. Und selbst wenn es Erwartungen gibt, ist es **für ein angenehmes, leichtes Leben nötig, als Grundlage eine persönliche Daseinsberechtigung zu fühlen**. Vom Verstand her zu wissen, dass man sein darf, ist einfach. Aber fühlen?

So lange man sich nur in Situationen mit vorgegebenen Verhaltensweisen begibt, fällt es nicht auf, ob man eine Daseinsberechtigung fühlt und vor allem fällt nicht auf, ob man fühlt, dass es ausreichend ist, (einfach nur) zu sein. Bei einer zwanglosen Grill-Party, in der Arbeitspause, in den Minuten vor einem Seminar, beim Klienten-Treffen, bei einer zufälligen Begegnung mit Bekannten, also **überall, wo es keine vorgegebenen Verhaltensweisen gibt, kann es auffallen**. Oder wenn Sie jemanden besuchen und weder Blumen noch Wein mitbringen. Oder wenn mehrere Personen sich unterhalten und Sie nichts zum Gespräch beitragen. Wenn Sie dann gar nicht wissen, wohin mit sich selbst oder wenn Sie dann das Bedürfnis haben, unbedingt irgendetwas zu tun, oder wenn Sie es zwar aushalten nichts zu tun, sich dabei jedoch sehr unwohl fühlen, dann sollten Sie überprüfen, ob Sie fühlen, dass Sie sein dürfen und dass es ausreichend ist, dass Sie sind.

Die emotionale Daseinsberechtigung ist so persönlich und so grundlegend. – Wir können uns im Seminar nur vergleichsweise oberflächlich damit beschäftigen. Dennoch kann das Seminar ein wertvoller Baustein in Ihrer Persönlichkeitsentwicklung sein. **Jeder darf** etwas sagen. **Niemand muss** etwas sagen. Jeder darf sich etwas anhören. Niemand muss sich etwas anhören. Selbstverständlich bleibt alles Gesprochene in Babelitz und wird nicht nach außen getragen.

Zeit: Sonntag, **12.06.2022, 14.00** – ca. 18.00 Uhr

Ort: **Bäbelitz 6**, 17179 Behren-Lübchin

Teilnehmer: mind. 3, max. 6

Teilnahmegebühr: **50 €** pro Person (42,02 € netto + 19 % Umsatzsteuer 7,98 € = 50 € brutto)

Die Anmeldung ist erst gültig nach Eingang der Teilnahmegebühr. Wenn Sie Ihre Anmeldung weniger als eine Woche vorher rückgängig machen oder ohne Abmeldung nicht teilnehmen, haben Sie die volle Teilnahmegebühr zu zahlen.

Coronabedingte Besonderheiten:

- Bitte Abstände einhalten.
- Das Seminar wird draußen stattfinden unter regendichten Sonnenschirmen. Je nach Wetter sollten Sie sich gegebenenfalls sehr **warm anziehen**.
- Mit der Anmeldung erklären Sie sich mit allen Corona-bedingten Maßnahmen, die zum Zeitpunkt des Seminars gelten, einverstanden.

Ausstrahlung,
persönliche Wirkung
und **Kommunikation**

Dpl.-Ing. **Alessa Knoop-Lübke, M.A.**

www.mensch-tier-gemeinsam.de