



## Inhaltsverzeichnis

## Newsletter-Verwaltung

[Persönliche Daten ändern](#)

[Newsletter weiterempfehlen](#)

[Newsletterabo kündigen](#)

## Impressum

Förderkreis für  
Ganzheitsmedizin  
Bad Herrenalb e.V.  
Rathausplatz 7  
D-76332 Bad Herrenalb  
tel.: +49 (0) 70 83 - 38 45  
fax: +49 (0) 70 83 - 2307

e-mail: [info@foerder-kreis.de](mailto:info@foerder-kreis.de)

Vertretungsberechtigter  
Vorstand: Dr. Kornelius Roth  
(1.Vorsitzender),  
Pfr. Alfred Meier,  
(2.Vorsitzender)  
Registergericht:  
Amtsgericht Calw  
Registernummer: VR 428

## Liebe Freundinnen und Freunde,

Das Pfingsttreffen liegt schon wieder eine Weile zurück. Der Sommer zeigt sich bereits von seiner heißen Seite. Die Bad Herrenalber Begegnungswoche naht mit großen Schritten. Auch die Herbsttagung kommt schon langsam auf uns zu.

Was macht eigentlich das Besondere dieser Veranstaltungen aus? Reihen wir uns nicht einfach ein in die Vielzahl von Tagungen, Workshops und Seminaren, die landein und landaus angeboten werden, die es ohnehin schon in Hülle und Fülle gibt? Wodurch unterscheiden wir uns eigentlich in dem was andere tun?

Ich denke wir stehen für eine andere Haltung dem Leben gegenüber. Wir stehen für eine Haltung, die die Herausforderungen des Lebens annimmt und dankbar und schöpfungsnah die Fülle sucht. Chuck C. hat von der neuen Brille gesprochen, ein anderer sagte mal: es kommt im Leben darauf an ein paar Dinge zu lassen und ein paar Dinge, die man bisher gelassen hat, zu tun.

In unserem Newsletter werden wir in lockerer Reihenfolge jetzt Betroffene zu Worte kommen lassen, die ihre Erfahrungen damit mit uns teilen werden. Den Anfang macht Harald. Es ist eine Art den 12. Schritt zu tun. Wir danken ihm dafür.

Es grüßt Euch herzlich für den Vorstand

Dr. Kornelius Roth

1. Vorsitzender Förderkreis für Ganzheitsmedizin e. V.

---

„Die Signifikanz prozessiert vor dem Hintergrund der vorgängigen Dominanz eines Typus wesentlich im Modus des operativen Nur-Vollzugs leerintentional.... Weil die Signifikanz in der Modalität der Typik leerintentional ist, kann sie den umfassenden größeren Möglichkeitshorizont der Situation fundamental verfehlen und schwere Sinn – und Bedeutungskrisen auslösen.“ (Zitat aus einem Lehrbuch der Psychokardiologie)

Oh, Gott. Eine solche droht mir tatsächlich, wenn ich dieses Buch weiterlese, denke ich. Dabei hatte ich mir den hochgelobten Schinken doch gekauft, weil ich mir davon erhoffte in meiner Tätigkeit als Kardiologe ein besseres Verständnis für die Probleme meiner Patienten zu bekommen und selbst gemachte Erfahrungen, wissenschaftlich fundiert, einbringen zu können. Was für ein Irrtum. Die Sprache der Wissenschaft ist derart abgehoben, verkopft und distanziert, dass selbst mir beim Lesen schwindlig wurde. Sofort musste ich an einige von Walthers (Aus-)sprüchen denken, die ich selbst vor vielen Jahren und über viele Jahre immer wieder und immer wieder gern von ihm gehört habe und die mein Leben bis heute begleiten. Sein einfaches, etwas derbes, dafür umso klareres „Arsch hoch und auf die Füße“ z.B., erscheint dagegen wie eine vulgärsprachliche Floskel. Was es aber zu einer wirksamen Formel machte, war die Art wie er es sagte und meinte und wie sehr er mit seiner ganzen Erfahrung und seinem Herzen dahinterstand. Insofern konnten diese wenigen, einfachen Worte u.U. wesentlich mehr bewegen, als es das ganze o.g. Buch jemals kann. Das ist, glaube ich, der wesentliche Unterschied zum Förderkreis bzw. sein wesentliches Merkmal, dass hier versucht wird alles mit dem Herzen und

mit Leidenschaft zu machen und, dass Liebe hier die wesentliche Kraft ist. Das ist vor allem Walthers Vermächtnis. „Liebe ist nicht alles, aber ohne Liebe ist alles nichts“. (Zitat von?) Ich weiß aus mittlerweile langjähriger Erfahrung, dass es in einer normalen Arztpraxis anders zugeht, anders zugehen muss, als z.B. in einer Psychosomatischen Klinik und es hier Grenzen gibt, die einfach nicht überschritten werden können. Trotzdem ist es mein Wunsch etwas von diesem Geist, den ich schon vor vielen Jahren (noch in der Kullenmühle) kennenlernen durfte und der mein Leben mit geprägt hat, mehr in meinen beruflichen Alltag einfließen zu lassen. Bei einem der letzten Pfingsttreffen habe ich mir den kleinen „Zauberspiegel“ mitgenommen, auf dessen Rückseite steht: auf der anderen Seite siehst du ein Wunder. Jeder weiß, was man dann sieht, wenn man ihn umdreht. Vielleicht sind so kleine „Tricks“ manchmal viel besser und wirksamer als tausend Worte, zumindest wenn diese nicht von Herzen kommen. Oder wie sagte schon Paracelsus: „Der Arzneien höchste aber ist die Liebe“ (übrigens auch ein Spruch, den Walther gerne zitiert hat). Ich habe mir fest vorgenommen, zumindest wenn es passend erscheint, meinen Spiegel ab und zu einzusetzen. Auch bei mir selbst!

Harald

---

### **Bad Herrenalber Woche der Begegnung vom 08.08. – 14.08.2015**

In der Evangelischen Akademie, Dobler Str. 51, Bad Herrenalb

Angeboten werden folgende Seminare und Vorträge, die auch einzeln bzw. tageweise gebucht werden können:

#### **Bonding**

##### **Seminar mit Kornelius Roth und Claire Meier-Mahler**

Die Bonding-Psychotherapie ist ein emotionsorientierter Lernprozess, der einen Zugang zu tiefen Gefühlen, der Erarbeitung von positiven Einstellungen zu sich und anderen und die Entwicklung und Einübung von neuen Verhaltensweisen ermöglicht.

Eine der wichtigsten Entdeckungen von dem Psychiater Dr. Daniel Casriel ist die Bedeutung eines biologisch verankerten Grundbedürfnisses des Menschen nach Nähe, das er

„Bonding“ nannte. Mit Bonding ist die innere Verbundenheit mit sich und anderen gemeint, die sich auch in dem Wunsch nach emotionaler O« enheit und körperliche Nähe ausdrückt.

Die Bonding-Psychotherapie orientiert sich in ihrer konkreten Ausgestaltung an diesen Grundbedürfnissen und verbindet es u. a. mit der Arbeit an den Grundemotionen des Menschen.

Angst, Freude, Liebe, Schmerz und Wut sind fünf Basisemotionen des Menschen (Emotion= heraus-bewegen, lat.), die mithilfe des Schreies verstärkt ausgedrückt und erlebt werden können. (Jeff Gordon, DGBP)

#### **Achtsamkeit**

##### **Vortrag und Seminar mit Elke Olivia Hermann und Max Hermann**

Achtsamkeit heißt, in unserem Leben ganz wach zu sein, jeden Moment in all seiner Lebendigkeit, seiner Wirklichkeit, seinen Freuden und Sorgen so zu erfahren, wie er ist. Wenn wir im Augenblick ruhen, sind wir zugleich in unserem Körper zu Hause und bekämpfen uns nicht, noch treiben wir uns an oder lehnen uns ab. Wir üben uns in einer akzeptierenden Haltung des gegenwärtigen Moments gegenüber.

Achtsamkeit praktizieren heißt, unseren Geist mit einer

gewissen Unberührtheit zu beobachten, die nicht mit kalter Distanz gleichzusetzen ist. Sondern mit der Bereitschaft, alles da sein zu lassen und wahrzunehmen, was kommt und geht. Ob es Gedanken sind, Körperempfindungen, Geräusche oder Emotionen. Mit Achtsamkeit kultivieren wir Mitgefühl mit uns und anderen.

„Achtsamkeit ist eine einfache und zugleich hochwirksame Methode, uns wieder in den Fluss des Lebens zu integrieren, uns wieder mit unserer Weisheit und Vitalität in Berührung zu bringen.“ (Jon Kabat-Zinn)

### **Wenn Du mich berührst, werde ich schön.**

#### **Seminar mit Claire und Alfred Meier**

Das Hohelied der Liebe in der Bibel ist eine wunderschöne Quelle, ja eine Fundgrube um zu entdecken, wie spirituelle Erfahrungen und sinnliches Erleben sich wechselseitig befruchten. In einer Übung soll das ganz konkret erlebt werden können. Wir nehmen dazu einen anderen biblischen Text zu Hilfe, den der Fußwaschung. Und wir werden zu Zweit einander ganz praktisch und sinnlich die Füße waschen. Vielleicht braucht es zunächst ein Stück Überwindung. Wir werden dafür mit etwas Tiefem belohnt werden.

### **Die Essenz von Ausdruck und Stille**

#### **2- Tages -Seminar mit Christian Willumeit**

In die eigene Tiefe eintauchen mit dynamischen Meditationen in der Körperpsychotherapie

Was der Körper erzählt, was der Körper erinnert:

Atmen, Tanzen, Toben, Schreien, Lachen, Summen oder Singen und dann zum Beobachter werden ...

Still werden und nach innen schauen, die inneren Bilder als Deine Wahrheiten „wahr“nehmen und sie mit Bewusstheit auf eine höhere, für Dich gesündere Ebene transformieren.

Darum geht es in diesem Seminar auf der Suche nach dem eigenen Inneren: Wer wach werden will und wer hören will, muss tanzen.

Wer erwachen will, muss auch die Reise nach Innen antreten.

Vom Ausdruck in die Stille – von der Stille in den Ausdruck heißt auch „Mit dem Unbewussten in Kontakt gehen, einengende Muster auflösen, körperliche und psychische Spannungen loslassen – In die eigene Tiefe eintauchen“.

Nataraj-Tanzmeditation: Du bewegst Dich und tanzst – Dich – frei, so wie es Dir gut tut. Du vergisst die Tänzerin, den Tänzer in Dir und wirst ganz zum Tanz ... dann gehst Du in die Meditation.

Der (ekstatische) Tanz ist ein Reinigungsprozess, um danach in Deine innere Stille einzutauchen.

Chakra-Sound-Meditation: Du wirst im Schwingungsfeld der Gruppe in sieben Energiezentren (Chakren) Deines Körpers mit Tönen hineinsummen oder -singen und sie somit gezielt aktivieren. Dies kann Dein körperliches und seelisches Wohlbefinden so beeinflussen, dass Du Dich vitaler erlebst, mehr Lebensfreude empfindest und mehr in Deiner Mitte bist.

Eine Fantasie- und Entspannungsreise durch den eigenen Körper wird gegebenenfalls Dich unterstützen, Deine Erfahrungen in tiefer Entspannung mit höherer Bewusstheit und Selbstachtsamkeit zu integrieren.

### **Biodanza**

#### **Seminar mit Alma Alvarado Rojas**

MUT – Was brauchen wir, um unser Selbst und Leben zu bejahen? Mut! Mut zur Kreativität. Mut uns ausdrücken was unserem Inneren entspricht. Selbstliebe und Freiheit setzen freie Energie voraus, aber vor allem Selbstverantwortung uns SELBST

gegenüber uns diesen Mut zu erlauben. Tanzend entdecken wir, wo unser Mut zum Leben steht.

**Vorfälle – Rückfälle – Hilferufe**  
**Moderation Alfred Meier & Kornelius Roth**

Bei „Vorfälle, Rückfälle, Hilferufe“ handelt es sich um eine teilnehmer- und themenzentrierte Veranstaltung in der Großgruppe, bei der die Möglichkeit besteht in der therapeutischen Gemeinschaft eigene Erfahrungen, Entwicklungen und Nöte einzubringen und über Rückmeldungen neue Impulse zu bekommen und auszutauschen.

---

**Der Clown in uns - Humor und Kraft des Lachens**  
**vom 02.09.2015 - 06.09.2015**

**Intensivseminar mit David Gilmore**

In uns allen schlummert ein Clown - die Fähigkeit, das Leben in Spiel zu verwandeln und als Spiel zu erleben. In allen steckt schauspielerisches Talent, die Fähigkeit, in viele Rollen zu schlüpfen – im Alltag tun wir es, ohne es zu merken.

In unseren täglichen Geschichten und erlernten Haltungen steckt eine Urkomik. Sie bewusst zu inszenieren, befreit uns aus ihrer Macht und setzt Energien frei. Aus dem Spiel mit dem eigenen Schatten entsteht die Clownnummer Ihres Lebens. Dieser Kurs führt Sie zu der Kraft Ihres Lachens und Ihres Herzens, zur Stimmigkeit Ihres körperlichen Ausdrucks und zu Ihrer natürlichen Lust und Lebensfreude am Spiel mit Hilfe des Clowns.

Das Seminar beginnt mit dem Erlebnisabend um 19:00 Uhr  
Ort: Ev. Akademie Bad Herrenalb, Dobler Straße 51