

Lebensgarten Steyerberg
Ein Bericht von Ina Rodewald
GFK-TrainerInnentreff 14. bis 16. Juni 2017 in

Steyerberg!

Wie kam ich dort hin? Petra, eine mir bekannte GFK-Trainerin hatte in den sozialen Medien gepostet: Ich fahre auf den GFK-TrainerInnentreff! Wen von euch treffe ich dort? Ich war neugierig. Schon oft hatte ich von Steyerberg gehört. Konnte mir nicht viel drunter vorstellen. Open Space! Ein Wochenend-Workshop ohne Programm, womöglich ohne Struktur... mich schüttelte es. Ich möchte ja was Lernen, mich Weiterentwickeln. Geht das ohne vorher zu wissen, wohin man will? Ich war etwas skeptisch, doch meine Neugier war stärker. Ich hatte die Tage sogar Zeit, und befand mich in einem hmmm .. Zustand. Manchmal genervt von meiner mir selbst auferlegten Arbeit als GFK Trainerin, manchmal gefrustet, manchmal euphorisch. Ich dachte, ich probier's einfach mal aus. Wer weiß, wozu das gut ist? Wenn s mir nicht gefällt, denke ich mir, setze ich mich raus, und schreibe an meinem nächsten Buch weiter. Und außerdem freue ich mich auf Petra.

Ich fuhr also los. Auf der Fahrt höre ich ein wunderbares Hörbuch von Dalai Lama und Desmond Tutu „The Book of Joy“. Als ich mich Steyerberg näherte, den Schildern zum Lebensgarten folgte, war ich gut und freudig aufgelegt. Das Dorf ist süß, kleine Backsteinhäuser, jedes mit eigenem Flair, oft mit Garten davor, viel Grün, schöne Stimmung, freundlich blickende Menschen. Angenehm!

Im Lebensgarten gehe ich ins Lern- und Schulungszentrum, davor steht ein kleines Elektro-Auto „Car Sharing Station“. Am Seiteneingang des Essraumes und der Küche hängt ein Schild „Food Sharing“, ein großer Korb mit sehr reifen Erdbeeren steht davor. Ich picke ein paar raus, die gut aussehen. Köstlich! Übriggebliebenes Essen kann von den Dorfbewohnern dort abgestellt oder abgeholt werden. Wunderbar! So stelle ich mir gemeinschaftliches Leben vor.

Im Schulungszentrum melde ich mich an, werde willkommen geheißen und ein freundlicher Mann erklärt mir, wo sich mein Zimmer befindet. Also bringe ich mein Gepäck dort hin. Nach einem schönen Spaziergang mit einem Trainer, den ich bereits kenne „Juchhu, ein mir bekanntes Gesicht“, u.a. zum Parma-Kulturgarten, in dem Obst und Gemüse angebaut wird, und an die Pforten des Meditations-Raums im Wald, finden wir uns rechtzeitig zum gemeinsamen Abendessen im Speisesaal ein. Vegetarisches und Veganes gibt es. Verschiedene Salate, Rohkost, Brot und Käse, sowie ein super leckerer Tomaten-Aufstrich. Gut gestärkt geht's in unseren Seminarraum. 12 sind wir an der Zahl. Erstmal wird getanzt. Ein Kreistanz. Sonderbar mit unbekanntenen Erwachsenen Ringelreigen zu tanzen. Das habe ich schon seeehr lange nicht mehr gemacht. Die Musik ist schön, unbeschwert. Das Tanzen lockert die Atmosphäre und verbindet.

Johannes Henn erläutert ein paar Orga-Sachen, dann geht's los mit der Vorstellungsrunde. Anschließend bringt jede/r Teilnehmende seine Themen ein. Wir sammeln, schreiben sie auf Kärtchen, legen sie ab.

Viele Themen. Werden Sie alle Platz finden? Doch im Laufe des Wochenendes werden alle wichtigen Themen eingebracht werden - in unterschiedlichen Prozessen und Methoden, teilweise im Plenum, oder auch in Kleingruppen.

Ich bin erstaunt über die Dynamik, die entsteht. Die Energie fließt.

Am nächsten Morgen: Wir sind uns schon vertrauter. Einige möchte mit Kreistanz beginnen. Die Musik erklingt. Eine Unruhe entsteht. Teilnehmerin H. sagt, sie möchte speziell diesen Tanz nicht mittanzen, weil er eine ganz besondere Bedeutung für sie habe, die sie so in der Runde nicht verwirklicht sieht.

Eine andere TN sagt, dazu, dass sie das sehr schön findet, dass dieser Tanz diese spezielle Bedeutung für sie habe, und dass heute doch ein sehr besonderer Tag sei, und um dies zu würdigen, und sie daher doch diesen besonderen Tanz mitmachen kann. H. überlegt kurz und entscheidet sich dann doch mitzumachen. Nun tritt eine andere TN aus dem Kreis heraus und sagt, unter diesen Umständen könne sie nicht mitmachen... Bahnt sich da etwa ein Konflikt an, unter GFK Trainern? Doch was nun geschieht, ist eben das, was für mich das Besondere ausmacht. Die Person, die sich getraut hat, ehrlich und authentisch auszudrücken, was für sie nicht stimmt, wird nun nicht ignoriert, nicht ausgelacht, nicht runtergemacht, nicht beleidigt, nicht überredet, sondern achtsam gefragt, was sie gerade braucht, um wieder in den Kreis zu kommen. Der Prozess, der nun in Gang kommt, ist spannend. Natürlich könnte man von außen meinen, oh je, die reden darüber, ob sie einen Kreistanz mitmachen oder nicht. So scheint es an der Oberfläche. Doch darunter verbirgt sich viel mehr, und das schauen wir uns an, respektvoll, ehrlich und wertschätzend.

Ich bin froh hier zu sein. Ich bin froh an solchen Prozessen teil zu nehmen, denn es ist die Verbindung in der Gruppe, die zählt. Ich bin froh, dass es ok ist, eine andere Meinung zu haben. Ich bin froh, dass allen die Gemeinschaft und die Verbindung wichtig ist. Ich bin froh, so wunderbare Menschen kennen zu lernen. Ich fühle mich wohl und geborgen.

Auch mein Thema schaffe ich, zu „bearbeiten“ mit Stellen von „Menschlichem Material“. Ich habe meine eigenen inneren Anteile gestellt. Ina 1, Ina 2, Ina 3. Habe sie dann angeschaut, habe sie sprechen hören. WOW! Da kam Schmerz hoch und dann, nach einem Umstellen kam die Wandlung. Ja, so will ich sein, so kann ich eins werden. Heilung.

Ich musste wohl erst ausdrücken und spüren, was ich brauchte, was mir fehlte, bevor ich einen neuen Weg gehen konnte.

Dann die von Yan-Christoph entwickelten Tanzparkette! Fantastisch! Lebendige, schmerzhaft schöne Prozesse durchlaufen wir damit.

Dies ist nur ein kleiner Ausschnitt aus all dem, was dort geschehen ist.

Gestärkt und beflügelt bin ich heimgefahren.

Seitdem fühle ich mich zufrieden, besser gesagt, in mir ruhend. Die Dinge ergeben sich auf einmal so, wie ich sie mir gewünscht habe. Ich brauche nicht danach zu suchen, sie kommen nun zu mir. Erstaunlich, was ein bisschen Menschliches Material bewirken kann!

Zum Buch schreiben bin ich nicht gekommen ;-)) das freut mich sehr!

Möchte ich nächstes Jahr wieder nach Steyerberg fahren? Auf jeden Fall, wenn ich es mir irgendwie einrichten kann.

Meine Zweifel ob man ohne „Programm“ lernen kann? Klar, und zwar einiges.

Danke an die KüchenmitarbeiterInnen, die uns mit frischem leckeren Essen versorgt haben, danke an die schnuckelige Bar, in der wir die Abende in Gespräche versunken verbracht haben, danke an Johannes, dafür dass er den Rahmen des Ganzen achtsam und ruhig gehalten hat, danke an alle TeilnehmerInnen, die mein Leben ein Wochenende lang bereichert haben, und darüber hinaus. Es wirkt noch nach...