

WÜRDE ALS INNERER KOMPASS



WÜRDEKOMPASS GRUPPE BERN

*Wir alle wollen in Würde sterben, aber
sollten wir nicht erstmal in Würde leben.*

Prof. Dr. Gerald Hüther

Was bedeutet Würde und in welchem Kontext wird sie gebraucht? Wie leben wir die Würde? Was heisst Menschenwürde, würdig, würdevoll, würdig sein, Würdigung, Würdenträger/Würdenträgerin, ...

Ob ein Mensch in der Lage ist, sich seiner Würde bewusst zu werden, hat nichts mit seinem Einkommen, seiner Stellung, seinem Ansehen zu tun. Es hat vielmehr damit zu tun, wie wir Menschen miteinander umgehen, wie sehr wir füreinander einstehen, wie gut es uns gelingt, einander in Würde zu begegnen.

Einmal im Monat treffen wir uns in Köniz mit der Idee, dass wir einander schon zu Lebzeiten ermutigen und inspirieren, in Würde zu leben. Mit verschiedenen Begegnungen, Aktivitäten und Projekten wollen wir dazu beitragen die Würde im täglichen Leben umzusetzen.

Lust und Zeit dabei zu sein?

Bei diesen Treffen geht es darum, das zutiefst Menschliche in uns wieder zu entdecken, einander zu unterstützen und die Würde für einander zu bewahren.

Ein Mensch,
der sich seiner Würde bewusst ist: ist
wertschätzend, ruht in sich selbst, ist
umsichtig, zugewandt, liebevoll, achtsam,
zurückhaltend und nicht verführbar.

*Kein Mensch kann die in ihm
angelegten Potentiale entfalten, wenn
er in seiner Würde von anderen
verletzt wird oder er gar selbst seine
eigene Würde verletzt.*

Prof. Dr. Gerald Hüther

Der Würdekompass ist eine Initiative zur Stärkung der Wahrnehmung, des Empfindens, der Vorstellung und des Bewusstseins menschlicher Würde. Nicht nur einfach in der Theorie, sondern im täglichen Zusammenleben.

Die Abende werden abwechselnd von einer Person geleitet und sind kostenlos. Es findet jeweils ein kurzes Input Referat zu einem Thema statt. Danach erfolgt ein gemeinsamer Austausch zum jeweiligen Thema.

Nach der Pause wird anhand einer systemischen Aufstellung das Thema Würde noch vertieft angeschaut. (Entsprechende Anliegen können im Vorfeld angemeldet werden und wir stellen das gewünschte Thema in Bezug zur Würde auf).

Alle Infos gibt es hier:

<https://bern.würdekompass.org>

Weitere Projekte von Gerald Hüther:

<https://www.gerald.huether.de/akademie-fuer-potentialentfaltung>

Anlässe Würdekompass Bern im zweiten Halbjahr 2021:

Mittwoch, 8. September

Start 19:00 Uhr - 21.30 Uhr

Leitung: Pamela Anna Guggenheim

„Gefahren und Ressourcen beim Übergang in die neue Zeit“

Generell sind Übergänge Phasenwechsel, Richtungswechsel und etwas geht zu Ende. Wenn etwas zu Ende geht, will es auch verabschiedet werden. Gleichzeitig wird bei einem Übergang auch etwas Neues geboren und wir machen einen Schritt über eine Grenze. Bei Übergängen kommen wir oft auf eine neue Ebene. Ob das ein Lebensabschnitt oder eine Erfahrungsebene ist, spielt dabei keine Rolle.

Übergangszeiten bergen viele Gefahren, bieten jedoch auch enorme Chancen und Möglichkeiten. Wenn die Erfahrungen aus der Vergangenheit als Ressource genutzt und in der Gegenwart mit dem neu entdeckten Potenzial verbunden werden kann, ist vieles möglich.

An diesem Abend erkunden wir die Gefahren und Ressourcen bei einem Übergang in Verbindung mit der eigenen Würde.

Anmeldung bei Pamela Anna Guggenheim: pamelannag@yahoo.de

Mittwoch, 27. Oktober

Start 19:00 Uhr - 21.30 Uhr

Leitung: Anita Kocher

„Würde und Big Mind-Big Heart“

Die «Big-Mind-Methode» ist ein lebendiger Erfahrungsprozess, der von Genpo Roshi entwickelt wurde. Er beinhaltet eine geniale Verbindung der Weisheit des Zen Buddhismus und der westlichen Psychologie. Dieser Prozess erlaubt dem Übenden in Kontakt mit den vielen unterschiedlichen Stimmen, Interessen und Konditionierungen in seinem Innern zu kommen, sie näher kennenzulernen und schliesslich loszulassen.

Durch das Erkunden eines Themas als Einzelner zusammen in der Gruppe werden die einzelnen «Stimmen» noch vertiefter erkenn- und spürbar, wie auch die dazugehörigen Energien, ähnlich wie beim Familienstellen. Jede und jeder sieht den Raum, die Themen von einer anderen Perspektive, keiner sieht sie genau gleich und so entsteht eine Vielfalt, die berührt und unser Bewusstsein erweitert.

An diesem Abend werden bei diesem Dialog mit den eigenen inneren Anteilen unter anderem die verschiedenen Aspekte der Würde berücksichtigt.

Anmeldung bei Anita Kocher: a.kocher55@bluewin.ch

Mittwoch, 24. November

Start 19:00Uhr - 21.30 Uhr

Leitung: Mario Spichiger

„Würde in Stein gemeisselt...“

An diesem Abend setzen wir uns mit dem Thema Würde auseinander und gestalten Steine, welche zu Hause oder unterwegs den Weg schmücken. Sei es als Inspiration oder Aufruf zu einem Leben mit und in Würde.

Im Kern stehen der Austausch und das gemeinsame Schaffen von kleinen Kunstwerken. Gerne darfst du für diesen Anlass passende Steine sammeln und mitbringen.

Anmeldung bei Mario Spichiger: mario@selber-denken.ch

Die Anlässe finden statt in der **Praxis Lalibella** / Anita Kocher (Gale) Dorfbachstr. 30, 3098 Köniz bei Bern <http://www.lalibella-seminare.ch>