

## Männer-Retreat

Dein Männer-Retreat in der kraftvollen Urgesteins-Landschaft der Hochvogesen. Sei, der du bist. Lass dich dabei von Männern anregen und unterstützen.



Wir arbeiten mit dem **Council**, einer uralten, traditionellen Form der heilsamen Kommunikation in Redekreisen. Die **initiatorische Naturerfahrung** schickt dich alleine hinaus in die Natur, um auf ihre Weisheit zu lauschen, von ihr zu lernen. Deine Erlebnisse mit der Natur werden dir auf liebevolle, annehmende Weise gespiegelt, und werden so zur Quelle von Kraft und Selbstbewusstsein. In kraftvollen **Ritualen** wird Ballast abgeworfen, entsteht Befreiung und Bestätigung.

Dabei kannst du die Gemeinschaft der Männer genießen und erleben, wie aus Respekt und Toleranz Zuneigung und Freundschaft wird.

Ich biete einmal im Jahr ein Männer-Retreat mit einem der drei Themen an: Vater, Mutter, Ich



Das **Maison d'ARS**, Unser Seminar- und Ferienhaus ist unsere Basis. Es bietet gemütliche 2- und 3-Bettzimmer, einen Gruppenraum mit Kamin, liebevoll zubereitetes, leckeres, vegetarisches Essen und ein künstlerisch-geschmackvolles Ambiente. Bei passendem Wetter sind wir so viel wie möglich draußen oder in unserer Jurte. Lebendiges Zentrum unserer Aktivitäten wird immer wieder das Lager-Feuer sein.

## Vater - der erste Mann in meinem Leben

Wie präsent oder wie abwesend war dein Vater in deiner Kindheit und Jugend? Welche Wunden sind damals entstanden? Wie hat es dein Leben geprägt, wie wirkt es in deinem jetzigen Leben? Wie war er Vorbild für dich? Konnte er dir vorleben, was Männlichkeit im guten Sinne bedeutet? Wie bist du wie er, wie willst du ganz anders sein als er?

Wie ist es jetzt? Kannst du den Kontakt mit ihm haben, den du dir wünschst? Kannst du dich mit ihm über dich und deine Gefühle und/oder über ihn und seine Gefühle unterhalten?

Wie bist du ggf. in deinem Leben als Vater? Was vermittelst du deinen Kindern? Was gibst du weiter, ohne es zu wollen?

Dieses Seminar gibt dir Möglichkeiten, in tiefem Kontakt mit der Natur, Rückschau zu halten, Schatten auf deinem Leben anzuschauen, mit anderen Männern zu teilen und in einem kraftvollen Ritual loszulassen.

## Mutter - die erste Frau in meinem Leben

Wie war die Beziehung zu deiner Mutter in deiner Kindheit/ Jugend? Hat sie dir das gegeben, was du als Kind brauchtest? Wie hat sie evtl. dich gebraucht? Hat sie dich als Junge an sich gebunden oder dich freigegeben? Hat sie deine Beziehung zu deinem Vater gefördert oder verhindert?

Wie ist dein jetziges Verhältnis zu deiner Mutter? Wie bestimmt das, was du mit ihr erlebt hast, dein Leben. Welche Schatten wirft es auf deine jetzigen Beziehungen zu Frauen?

In diesem Seminar kannst du die Nabelschnur durchtrennen, deine Männlichkeit befreien und das Mütterliche in dir auf männliche Weise leben.

## Ich - der wichtigste Mann in meinem Leben

Anhand der alten Weisheit vom Medizinrad mit den vier Schilden wollen wir verschiedene Aspekte unserer Männlichkeit erforschen und erfahren:

Wie lebe ich in meinem Körper, mit meiner Lust und Sinnlichkeit, spielerisch, kreativ und leicht? Kann ich mich selber lieben? Bin ich bereit, meine Schattenseiten anzuschauen und zu integrieren? Trage ich Verantwortung für mich und für andere? Wo bin ich gefordert, loszulassen, mich „anheimzugeben“ dem was größer ist als ich?

Die Beschäftigung mit den vier Schilden erlaubt es uns, Ungleichgewichte zu erkennen, Harmonie anzustreben und ein Leben als ganzer Mann zu führen.

Jedes Männer-Retreat geht von Donnerstag Abend bis Sonntag Mittag. Aktuelle Termine und Preise findest du im Internet

## VISIONSSUCHE

*Initiation in die nächste Stufe deines Lebens als Mann.*

Du weißt tief in deinem Innern ganz genau, wann es an der Zeit ist, für dich hinauszugehen: Du spürst, du stehst vor einer Stufe in deinem Leben. Du willst endlich ein erwachsener Mann werden. Du willst eine Frau in dein Leben einladen oder - wenn sie bereits da ist - ein authentischer Partner für sie sein. Du hast eine Trennung zu vollziehen oder zu verarbeiten und willst frei sein für ein neues Leben. Du willst ein guter Vater sein für deine Kinder. Du willst deine Berufung leben und den Beruf, der zu dir passt, ausfüllen. Du gehst in einen neuen Lebensabschnitt und spürst: Das Alte trägt nicht mehr - das Neue ist noch nicht sichtbar.



*Sinnsuche und Selbstheilung in der Natur - ein alter Übergangsritus für moderne Menschen.*

An einem einsamen Platz wirst du - nach gründlicher Vorbereitung - 4 Tage und 4 Nächte fastend allein in der Natur verbringen. Dich dieser Herausforderung zu stellen, bringt dich in Verbindung mit deinem innersten Kern, der Quelle deiner Kraft. Du erlebst deinen persönlichen Mythos als deine Ausprägung der großen „Heldenreise“.

*4 Tage, die deinem Leben eine neue Richtung geben oder das, was ist, kraftvoll bestätigen können.*

Für ausführliche Informationen fordere bitte unseren Flyer „Visionssuche“ an.

Die Visionssuche dauert 11 Tage. Die nächsten Termine und Preise findest du im Internet



## Männer-Initiation

Oft habe ich mir im Kreis mit Freunden, in Männer-Runden und einem Studienkreis Gedanken darüber gemacht, wie wir unserer Verantwortung als Männer in dieser Gesellschaft gerecht werden können, welche Form ein persönliches Engagement haben könnte. Meine persönliche Konsequenz daraus lege ich hiermit vor:

- Die gegenwärtige Krise der Erde ist eine Krise des menschlichen Bewusstseins. Wir befinden uns mitten im „großen Wandel“ (Joanna Macy)
- Wir brauchen Rückverbindung mit der Natur, Rituale, Mythos, tiefe Ökologie, Spiritualität, Vernetzung.
- Ich kann nichts auf dieser Welt verändern, außer mich selbst - damit verändere ich die Welt.
- die Welt braucht initiierte Männer
- Männer-Initiation erlaubt mir, mich in meinem ganzen Potential, so groß wie ich gemeint bin, zu leben.

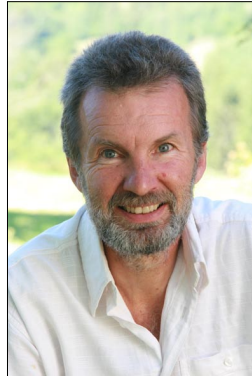
In diesem Geist lade ich Männer ein, den Weg ihrer Initiation zu sich selber aufzunehmen, um ihr eigenes Potential zu stärken in gegenseitiger Achtung, Wertschätzung und Liebe.

Die Männer-Initiation, die ich hier anbiete, besteht aus drei Männer-Retreats zum „Aufräumen“ in den Bereichen: *Vater, Mutter, Ich im Spannungsfeld meiner vier Schilde* und einer *Visionssuche*. Diese vier Elemente können in beliebiger Reihenfolge, sollten aber vollständig durchlaufen werden. Ein Einstieg ist jederzeit möglich

Als Ergänzung zu diesem Programm empfehle ich die Teilnahme an mindestens einem Seminar/Ritual pro Jahr aus unserem Jahresprogramm:

Zur Erforschung des eigenen Schattens - *Herbst-Ritual*, zum Thema Loslassen - *Frühlings-Ritual* zum „inneren Kind“ - *Clownnatur*, für deine Beziehung- *Naturerfahrung für Paare*

In einem gemischt-besetzten Seminar kannst du erleben und prüfen, wo du als Mann stehst auch in Bezug auf die Frauen. Es ist gut, dass wir Männer uns haben, uns gegenseitig das „Elixier der Männlichkeit“ spenden. Auf dieser starken Basis können wir uns dem anderen Geschlecht zuwenden, den „Krieg der Geschlechter“ beenden, zur Heilung beitragen und uns gemeinsam dem zuwenden, was das Leben jetzt von Männern und Frauen gemeinsam verlangt.



### Reinhard Bielefeld

geb. 1952, Diplom-Informatiker, Familienvater für 3 Töchter. PC-Trainer und Inhaber einer Computerschule in Freiburg

Seit 2000 ausgebildet zum Visionssuche-Leiter in der Tradition der School of lost Borders bei Verena und Haiko Nitschke

Fortbildung in Council-Training bei Marlow Hotchkiss und Gigi Coyle (Ojai Foundation). Seminare bei

Meredith Little und Steven Foster (School of lost Borders), Coleridge Daniels (Ubuntu - Spirit of Afrika), Malidoma Somé (Schamane des Dagara-Stamms in Burkina Faso), Joanna Macy (Tiefenökologie).

Leitung von Seminaren in initiatorischer Naturerfahrung, Ritualen und Council-Gruppen.

Als Teilnehmer in Männergruppen habe ich die Erfahrung gemacht, wie wertvoll und wichtig es für uns Männer ist, unter uns zu sein, uns auszutauschen, unsere Konkurrenz zu überwinden, uns gegenseitig zu unterstützen. Nur Männer können sich gegenseitig die Kraft geben, die ihnen erlaubt, zu ihrer wahren, authentischen Männlichkeit zu gelangen. Ich bin so zu einer ganz neuen Qualität von Männer-Freundschaft gekommen.

Ich bin aktives Mitglied in den Netzwerken [www.oekosys.org](http://www.oekosys.org) und [www.visionssuche.net](http://www.visionssuche.net) und im Leitungsteam des European Council Network (ECN) [ww.council-network.eu](http://ww.council-network.eu)

#### Info:

Reinhard Bielefeld  
329 Chemin de la Tête de Saut  
F-88290 Saulxures sur Moselotte  
Tel.: 0033 3 29 24 50 74  
Fax: 0761 / 4570115  
eMail: [info@ARSeminare.de](mailto:info@ARSeminare.de)

# Sonnen- Feuer



Council  
initiatorische Naturerfahrung  
Rituale

**Ein Einwegweg  
für Männer**

