

Vier Wege einer männlichen Spiritualität - Eine kurze Zusammenfassung der Forschungsreise

RAD DES LEBENS: Spiegelbild der Schöpfung. (Leben in Kreisläufen, wohlgeordneter Kosmos statt Chaos). Hildegard v. Bingen; J.FRERICHS: Barfuß & Wild; Kurs online

4 WEGE: - GANZHEIT UND FÜLLE. - KOMPASS UND STRUKTURGEBER.
Ziel: Ins Tun kommen....ausprobieren....entdecken....was entspricht mir?

ARCHETYP: URBILD, POTENTIAL, FÄHIGKEIT

Der Weg zum reifen Erwachsenen. (Lebensrad Norden)

Personen: Mandela, Lincoln, Gandhi, Mutter Teresa, Jesus, Queen

Archetypen: Führer, Lehrer, Vater, König..

Weg der Spiritualität:

- Sich selbst und anderen liebende Fürsorge entgegenbringen- TUN.
- In Glauben und Vertrauen kommen über den Verstand und Wissen (Auseinandersetzung mit Glauben, Religion und Spiritualität), gelebte Werte (zehn Gebote) und eine Struktur der religiösen Einübung und Vertiefung.

IMPULSE: Welche Rituale, spirituellen Übungen, Texte, Losungen, Kirchgänge, Kurse, Psalmen... geben mir Halt, Klarheit, Orientierung, Struktur und Standfestigkeit im Leben?

Wo bin ich selbst ein Dienender und lebe Nächstenliebe im Tun? Wo gebe ich?

Der Weg zur eigenen Weisheit (Lebensrad Osten)

Personen: Laotse, Dalai Lama, Jesus, Yoda

Archetypen: der alte Weise, der Priester, der Heilige

Weg der Spiritualität:

Sich mit dem Ewigen verbinden

IMPULS: Welche Orte kann ich aufsuchen, an denen ich mich mit dem Ewigen verbinden kann? Wie, wann und wo komme ich in Kontakt zu einer größeren Wirklichkeit?

Kann ich spüren, Teil eines größeren Ganzen zu sein?

(Berge, Meer, Taizé- Gebet, Wüste, Meditation, Kontemplation, Innerer Raum der Stille, Weihnachtsoratorium.....)

Der Weg zum Liebhaber des Lebens.

(Lebensrad Süden)

Archetypen/ Personen: Der wilde Mann, Franz v. Assisi, Ronja Räubertochter, Jesus, Johannes der Täufer

Weg der Spiritualität: Sich verbinden mit Körper, Gefühl, Natur, Menschen und dem Leben

Besonderer Weg der Spiritualität: Meine ur- eigene Freude der Kindheit wieder-entdecken und neu ins Leben hinein entwickeln.

Gottes Spur in mir: Meine Freude als junger Mensch

IMPULS: Wo, wann und wie habe ich in meiner Kindheit Zugang zu meiner ureigenen Form von Freude bekommen? Wie könnte ich diese Freude heute wieder aufleben lassen? Wie würde eine Biografie meiner Freude aussehen?

Der Weg zur Seele

(Lebensrad Westen)

Archetypen/ Personen: H.Hesse, R.M.Rilke, Jesus, Kolumbus, Abraham, Hlg. 3 Könige, M.L.King, Franz von Assisi,

Weg der Spiritualität:

Sich verbinden mit der Tiefe und Klarheit der eigenen Seele... und der innewohnenden Sehnsucht.

Gottes Spur in mir: Meine Sehnsucht heute.

IMPULSE:

An welchen Orten, zu welchen Zeiten kann ich die Tiefe und Klarheit meiner Seele spüren?

Welche Räume schaffe ich mir bewusst, an denen ich wahrnehmen kann, was ich vom Leben will? Was das Leben von mir will?

Wohin möchte mich meine inneliegende Sehnsucht nach dem „Leben in Fülle“ ziehen? (Wüstentage, Kloster - Aufenthalte, Tagebuch, Gebet, Pilgern...)

Soul- Brother: Mit wem könnte ich in einen dauerhaften Austausch kommen in Bezug auf Dinge, die mir sehr wichtig sind und mich im innersten berühren?

BÜCHER ZUM WEITERFORSCHEN UND ENTDECKEN:

Anselm Grün (Weisheit: Staunen; Freude: Das kleine Buch der Lebenslust; Seele: Bleib deinen Träumen auf der Spur).

Bill Plotkin: Soulcraft. Wild Mind (englisch).

Jan Frerichs: Barfuß und Wild (mit dem Rad des Lebens als spirituellem Modell)