

41. Goldegger Dialoge

SELBSTWIRKSAMKEIT Motor des Wandels



Schloss Goldegg/Land Salzburg
7. – 10. Juni 2023

www.schlossgoldegg.at



ORF S

Kulturverein
SCHLOSS GOLDEGG



Nr. 150a (2a/2023) Sponsoring Post GZ 02Z033111S P.b.b.
Verlagspostamt und Erscheinungsort 5622 Goldegg, Austria
ÖSTERREICHISCHE POST AG

41. Goldegger Dialoge

Gesundheit ist lernbar

Die Goldegger Dialoge sind seit vielen Jahren ein Forum, bei dem die Einheit von Körper, Seele und Geist und deren Wechselwirkungen für unsere Gesundheit im Mittelpunkt stehen.

Im stimmigen Ambiente von Schloss Goldegg, eingebettet in die einmalige Landschaft der Salzburger Sonnenterrasse, werden gemeinsam mit Fachleuten aus vielen Bereichen aktuelle Themen diskutiert und in Kleingruppen „bearbeitet“.

Die Goldegger Dialoge – ein Treffpunkt für Menschen, die offen sind, neue Wege zu Gesundheit und einer positiven Lebensgestaltung kennen zu lernen und zu gehen.

Veranstalter

Kulturverein SCHLOSS GOLDEGG
ORF-Landesstudio Salzburg
Gemeinde Goldegg

Gefördert von



In Kooperation mit



Impressum

Eigentümer, Herausgeber und Verleger:
Kulturverein SCHLOSS GOLDEGG www.schlossgoldegg.at
5622 Goldegg, Hofmark 1, Österreich office@schlossgoldegg.at

Redaktion

Cyriak Schwaighofer und Maria Schwaighofer

Bild Titelseite: Stockadobe

Gedruckt nach den Richtlinien des Österreichischen
Umweltzeichens „Druckerzeugnisse“

Druck: Wallig Ennstaler Druckerei und Verlag GmbH



Zum Thema

Überforderung, Sinnverlust, Angst vor der Zukunft, vielfältige Bedrohungen von Krieg bis zur Klimakatastrophe – die Herausforderungen, vor denen wir alle stehen, sind vielfältig und bedrohlich. Stehen wir ihnen machtlos gegenüber? Rasante technologische Entwicklungen versprechen Lösungen, machen uns aber auch immer abhängiger von den Konzernen, dem Kapital, von der Gier des neoliberalen Systems. Diese unheilvolle Entwicklung ist auch im Gesundheitswesen sichtbar: in zahlreichen Ländern gelangen immer mehr Spitäler, Sozial- und Pflegeeinrichtungen in die Hände profitgetriebener Konzerne, der Mensch wird zur Ware, die bestmögliche Rendite bringen soll. Giovanni Maio spricht von einer „Bemächtigung der Medizin durch die Ökonomie“. Hier ist eine Rückbesinnung auf unsere eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten, auf vorhandene natürliche Ressourcen und die damit einhergehende Verantwortung dringend geboten. Um das Leben und unsere Gesundheit wieder selbst in die Hand nehmen zu können, brauchen wir die Erfahrung von SELBSTWIRKSAMKEIT!

Wir stellen fest: die letzten Jahrzehnte waren – im Glauben an ständiges Wachstum und dauernden technologischen Fortschritt – von vielen Irrwegen geprägt, jahrhundertaltes Wissen und Weisheit wurden über Bord geworfen, die Natur nur als Werkzeug und Ressource gesehen und bedenkenlos ausgebeutet.

SELBSTWIRKSAMKEIT hängt von mehreren Faktoren ab: wir müssen positive Erfahrungen machen, brauchen Vorbilder, an denen wir uns orientieren können, Mut und Unterstützung aus dem eigenen Umfeld. Dann kommt auch ein positives Gefühl der Verantwortung: was wir tun, wirkt! Wir können diese Welt (mit-)gestalten und damit auf die drohenden Krisen reagieren!

Die 41. Goldegger Dialoge wollen in Fortführung der vorangegangenen Dialoge den Weg zur SELBSTWIRKSAMKEIT in vielen Kontexten beleuchten und praktische Hinweise geben.

Cyriak und Maria Schwaighofer

Beachten Sie: Die Beilage zu den 41. Goldegger Dialogen erscheint in der Wochenend-Ausgabe der *Salzburger Nachrichten* am Samstag, 13. Mai 2023.

Programmübersicht

Mittwoch, 7. Juni

10-17 Uhr EINFÜHRUNGSSEMINARE
mit **Vivian DITTMAR**, **Heike POURIAN**,
Ariadne VON SCHIRACH und **Shi XINGGUI**

KÜNSTLERISCHER BEITRAG
im Hofstall während der Dialoge
„In Her Boots“
eine Videoinstallation von **Kathrin Steinbacher**

20 Uhr LESUNG & GESPRÄCH
Birgit BIRNBACHER Salzburg
„Work in progress.
Zu den Veränderungen in der Arbeitswelt“

Donnerstag, 8. Juni

11.30 Uhr BEGRÜSSUNG & ERÖFFNUNG

12 Uhr ERÖFFNUNGSVORTRAG
Joachim BAUER Berlin
„Das Selbst des Menschen: Kind der Resonanz,
sozialer Ansprechpartner und innerer Arzt“

15 Uhr VORTRAG
Vivian DITTMAR Chiemgau
„Mit dem inneren Navi zur Wirksamkeit“

17-19 Uhr Workshops, 1. Einheit

20.30 Uhr VORTRAG
Erwin THOMA Goldegg
„Lernen von der Natur –
Wettbewerb oder Kooperation?“

Freitag, 9. Juni

9 Uhr VORTRAG
Eugen DREWERMANN Paderborn
„Selbstwirksamkeit und Verantwortung“

11 Uhr VORTRAG
Giovanni MAIO Freiburg
„Die Verletzlichkeit des Menschen als Ressource“

14-16 Uhr Workshops, 2. Einheit

17-19 Uhr Workshops, 3. Einheit

20 Uhr BUCHVORSTELLUNG
Joachim BAUER Berlin
„Realitätsverlust. Warum wir menschliche Werte
in einer digitalisierten Welt verteidigen müssen“

21 Uhr WirkRAUM – Austausch der
Workshop-Gruppen mit LIVE-Musik
Musik von **Peanut Butter Jelly**
(Camillo Jenny, Lukas Pamminger, Danny Rico)

Samstag, 10. Juni

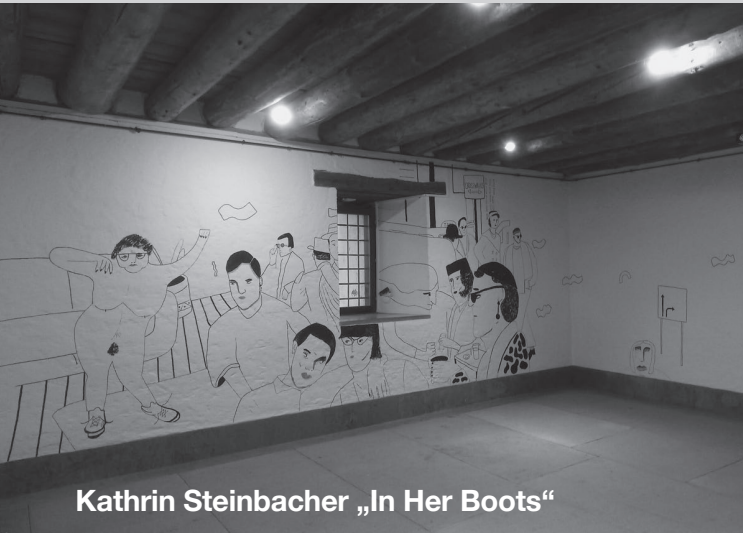
10 Uhr VORTRAG
Johannes PAUSCH St. Gilgen
„Nur im WIR kann ICH selbstwirksam sein“

13.30 - 15.30 Uhr Workshops, 4. Einheit

16 Uhr ABSCHLUSSVORTRAG
Ariadne von SCHIRACH Berlin
„Glück – eine Einladung zur Selbstermächtigung“

Morgenimpuls mit QIGONG - Treffpunkt siehe Aushang!
offen für alle TeilnehmerInnen
täglich Donnerstag bis Samstag: 7 Uhr bis 7.30 Uhr

Der künstlerische Beitrag zu den 41. Goldegger Dialogen: eine Video-Installation



Kathrin Steinbacher „In Her Boots“

Aufgewachsen in Wagrain, ist **Kathrin Steinbacher** (*1989) Filmregisseurin für Animationsfilme und Illustration und lebt in London. In ihren Animationsfilmen befasst sie sich u.a. mit komplexen Krankheitsbildern. In „**In Her Boots**“ ist ihre demente Großmutter die Hauptdarstellerin namens Hedi. Nacktheit ist für Hedi kein Problem, solange sie ihre altbewährten Wanderschuhe trägt. Sicherheit und Selbstbewusstsein ist mit diesen in die Jahre gekommenen Schuhen verknüpft: für Hedi werden die zerfledderten Schuhe ein vertrautes Stück Boden unter den Füßen.

„In Her Boots“: 12 Bilder pro Sekunde bedeuten rund 4500 Bilder, um dieses 6-minütige filmische Meisterwerk zu schaffen! Flächige, voluminöse Formen, skurriler Humor und regionale Sensibilität – Kathrin Steinbacher blickt liebevoll und mit Verständnis auf die Demenz ihrer Großmutter.

2020 erhielt Kathrin Steinbacher das Jahresstipendium des Landes Salzburg für Film. Die Jury begründete so: „*Die Handschrift der Filmemacherin ist unverkennbar – sinnlich, körperlich, sensibel und vor allem einprägsam. Stilsicher handelt sich die Künstlerin von großen feministischen Fragestellungen innerhalb der Filmbranche bis hin zu tief persönlichen Beobachtungen der eigenen Großmutter.*“

Die Video-Installation im Hofstall besteht aus dem wandfüllend projizierten Video, fahngroßen Video-Stills und einer Wandzeichnung, in der Kathrin Steinbacher Motive aus „In Her Boots“ zu einem großen Ganzen kombiniert hat. *Heinz Kaiser*

„In Her Boots“: ganztägig während der 41. Goldegger Dialoge zu sehen

ORF S

Der ORF Salzburg berichtet täglich mehrmals live von den 41. Goldegger Dialogen.

Am Mittwoch, 7. Juni ist Radio Salzburg „Mittagszeit“ (13 – 14 Uhr) den Goldegger Dialogen gewidmet, am Sonntag, 11. Juni, ist es der Radio Salzburg „Kultursonntag“.



Warum wir menschliche Werte in einer digitalisierten Welt verteidigen müssen!

Heyne HC, 240 Seiten, ISBN: 978-3-453-21853-6, Erscheinungstermin: 17. Mai 2023

Das Programm im Detail

EINFÜHRUNGSSEMINARE

Mittwoch, 7. Juni, 10 bis 17 Uhr

ES 1 Vivian DITTMAR Chiemgau
„Der emotionale Rucksack.“

„Wie wir mit ungesunden Gefühlen umgehen“

Bewusste Entladung als Schlüssel zu emotionaler Heilung. In vielen Beziehungen spielen emotionale Altlasten – also nicht gefühlte Gefühle aus der Vergangenheit – eine unheilvolle Rolle. Sie überfluten uns in den ungünstigsten Momenten und lassen jede gute Absicht, ein liebevoller, achtsamer und respektvoller Mitmensch zu sein, verblassen. Wir explodieren oder fühlen uns plötzlich total blockiert, sodass echter Kontakt oder gar ein konstruktiver Umgang mit Konflikten nicht mehr möglich ist.

Vivian Dittmar geht es in ihrer Arbeit nicht darum, emotionale Altlasten zu entsorgen. Ihr Fokus liegt vielmehr auf der Befähigung des Einzelnen, die Praxis der bewussten Entladung zu erlernen. Aus Erfahrung weiß sie: wenn es uns gelingt, in unseren Beziehungen Räume für bewusste Entladung zu schaffen, werden diese Beziehungen zu kraftvollen Heil- und Entwicklungsräumen. Der Zündstoff, der in emotionalen Altlasten liegt, verwandelt sich von einer Bedrohung zu einem Katalysator für Entwicklung, Bewusstwerdung, Intimität und Verbundenheit.

ES 2 Heike POURIAN Witzenhausen (D)
**„Aus der Wahrnehmung heraus handeln –
Bewegungsimprovisation als Übungsfeld für
Selbstermächtigung“**

Selbstermächtigung – was bedeutet das? Wir werden nicht dazu ermutigt, unserem eigenen Gespür für Stimmigkeit mehr Bedeutung beizumessen als Standards, Regeln oder Vorgaben. Es gibt viel zu verlernen, um wieder Vertrauen in unsere Intuition zu schöpfen, in unsere Fähigkeit, wahrzunehmen, was ist und aus dieser Präsenz heraus zu handeln. In der Contact Improvisation sind wir eingeladen, uns auf die Begegnung mit dem gegenwärtigen Moment einzulassen.

Wir können uns als handlungsfähig erleben: Welt ist gestaltbar. Was gibt mir Orientierung, wenn ich mich in einen leeren Raum begeben? Das, was meine Sinne mir über die Welt und mich selbst erzählen.

Komm in bewegungsfreundlicher Kleidung und bring Wollsocken mit.

Lese-Empfehlung: meine Bücher „Wenn wir wieder wahrnehmen“ und „Eine berührbare Welt“. www.wahrnehmen.org

ES 3 Ariadne von SCHIRACH Berlin

Ein Glücksspaziergang – Wege ins gute Leben

Der Glücksspaziergang lädt die Teilnehmer dazu ein, verschiedene Aspekte des guten Lebens wie Stille, Dankbarkeit oder Beziehungen gemeinsam und vor Ort zu erkunden. Zusätzlich erlernen wir unterwegs Glücksstrategien, die wir in unserem eigenen Leben erproben können. Und wir machen die Erfahrung: wer sich täglich an kleinen Dingen freut, macht sich ein Stück unabhängig vom unberechenbaren Wandel der Welt. Das geht uns alle an – und das geht uns allen so. Denn mit dem Glück ist es wie mit dem Leben: letztlich sind wir alle Anfänger und Experten zugleich.

An mehreren Stationen rund ums Schloss, in der Natur und an ausgewählten Plätzen nähern wir uns Themen rund um das Glück. Der Workshop findet im Freien statt. Bitte passende Kleidung und Schuhwerk mitbringen.

ES 4 Shi XINGGUI Salzburg

**„Bewusstsein, Klarheit, Wahrheit, Weisheit –
altes Wissen für eine neue Zeit“**

Um den Herausforderungen des täglichen Lebens gewachsen zu sein, gilt es sich unter anderem an Jahrtausende alte Techniken zu erinnern. Dieses alte Wissen kann dem körperlichen und seelischen Wohl auch in der heutigen modernen Zeit sehr dienlich sein. Es hilft uns, uns auszubalancieren und neue Kraft zu schöpfen. Durch die Übungen des Qi Gong und der einfachen Meditation (Selbstreflektion) nehmen wir unser Leben wieder selbst in die Hand und erlauben uns zu spüren und unsere Sinne zu neuem Leben zu erwecken. Dadurch entsteht wieder Lebensfreude. Aus dieser Freude erkenne ich mein Sein im Hier und Jetzt.

- Einfache, vorbereitende Shaolin Qi Gong Bewegungsübungen
- Shaolin Atemtechnik
- Einführung in die Shaolin Chan (japanisch ZEN) Meditation

Goldegger Dialoge:

Zum Nachhören und Nachlesen

Die Tagungsbände der vergangenen Dialoge sowie Vorträge auf CD können Sie im Kulturvereins-Büro erwerben bzw. dort bestellen.

Workshops

Da alle Workshops (WS) zeitgleich stattfinden, können Sie sich nur zu einem anmelden!

WS 1 Selbstwirksamkeit erleben und zur eigenen Kraft finden durch Yoga

Yoga ist eine alte indische Philosophie und Praxis, die Körper, Atmung und Geist in Einklang bringt. Yoga und Selbstwirksamkeit sind eng miteinander verbunden. Zur Selbstwirksamkeit gehört die Fähigkeit, bei sich zu sein, sich zu spüren und etwas – nach innen und nach außen – bewirken zu können.

Yoga hilft dir, zu dir zu kommen, deinen Körper sowie deine Gedanken besser zu verstehen und in deine Kraft zu kommen. Die Yoga-Praxis ermöglicht dir, dich besser konzentrieren zu können, ablenkende negative Gedanken zu kontrollieren und dich zu entspannen.

Wir werden in unserem *Hatha Yoga Workshop* Körperhaltungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama) und Meditation miteinander verbinden. Du wirst lernen, dich auf Körper und Geist zu konzentrieren, zu entspannen und Kraft zu sammeln. Bequeme Kleidung und ev. Matte und Kissen mitbringen. Bei stärkerer gesundheitlicher Beeinträchtigung bitte um ärztliche Abklärung.

Leitung: Hedi BAUER Berlin

WS 2 Das heilsame Potential unserer Lebensmittel – selbstwirksam mit Pflanzenarzneien

Nutrazeutika sind Pflanzenarzneien aus Nahrungsmitteln, selbst zubereitet und mit nachgewiesener Wirkung. Lebensmittel wie Äpfel, Karotten, Leinsamen oder Wacholderbeeren können erstaunliche Wirkungen entfalten.

In diesem Workshop begeben wir uns auf die Suche nach dem heilsamen Potential unserer Lebensmittel. Zuerst spüren wir unserem Körper nach: wie arbeitet unser Mikrobiom, wie beeinflussen wir es? Dann folgt die Suche nach Pflanzenwirkstoffen aus Lebensmitteln, Kräutern und Gewürzen, die mit unserem Mikrobiom zusammenarbeiten, das Immunsystem ausbalancieren und den Stoffwechsel stärken – und erfahren, was Pflanzenwirkstoffe mit uns machen und wo sie uns helfen.

Es schlummern Kompetenzen in uns, die heilsam und vielschichtig sind. Durch das Kräuterhandwerk entdecken wir sie. Wir erkennen, wie wir unsere Gesundheit selbst aktiv in eine gute Richtung lenken können. Wer selbst gestaltet, fühlt sich kompetent und handlungsfähig.

Leitung: Karin BUCHART Salzburg

WS 3 Seelengesänge verleihen Wurzeln und Flügel

Das gemeinsame Singen von einfachen Liedern aus den unterschiedlichen Kulturen und Regionen nährt, stärkt und verbindet. Wir spüren den mal fremden, mal ganz vertrauten Klängen, die wir im mehrstimmigen Gesang hervorzaubern, nach, lauschen, horchen und nehmen achtsam wahr, was in uns zum Schwingen gebracht wird. Wir achten auf das „Ineinanderweben“ der Stimmen: wir erheben die eigene Stimme, bleiben ihr treu und geben dem anderen gleichzeitig Raum.

Leitung: Heidi CLEMENTI Meran

WS 4 Kinesiologische Techniken zum Stressabbau und zur Erhöhung der Selbstwirksamkeit

Stress – ob körperlich, geistig, seelisch und / oder emotional – in seinen negativen Auswirkungen kann uns blockieren, Angst machen, manchmal sogar in Panik versetzen. Dauerhafte Stresserfahrung hindert uns daran, persönliche Lernschritte in Leichtigkeit anzugehen. Mögliche Folgen davon sind mangelnde Selbstwirksamkeit, Frustration, Ärger, mangelndes Durchsetzungsvermögen, Blockierungen unseres Selbst bis zu depressiven Verstimmungen.

Ein gutes Werkzeug, diesem Stress zu begegnen, sind kinesiologische Techniken. Neben der Einzelberatung bei KinesiologInnen gibt es bewährte Techniken, die als „kinesiologische Hausapotheke“ angewendet werden können. Sie sind leicht erlernbar und können ins tägliche Leben integriert werden.

In diesem Workshop werden wir diese Techniken üben. Ein Basisprogramm und einige individuell angepasste Übungen helfen aufkommenden Stress früh zu erkennen und adäquat zu reagieren. Wir erhöhen die Selbstwirksamkeit.

Leitung: Christian DILLINGER Graz

WS 5 Warum Frauen die Göttin brauchen – als Frau wirkungsvoll sein

Nur jene Bilder von Weiblichkeit werden Frauen in der patriarchalen Gesellschaft zugestanden, gezeigt und jene Rollenbilder von Frau-Sein vermittelt, die für dieses System „unbedenklich oder dienlich“ sind.

Die Darstellungen von alten Göttinnen und ihre Mythen geben uns Frauen eine Ahnung davon, wie Weiblichkeit jenseits dieser Rollenzuschreibungen gelebt werden kann. Unseren Blick für matriachale Kulturen zu öffnen, kann dadurch eine tiefgreifende Wandlung und Selbstermächtigung erschaffen. →

Workshops

Mit Wissensimpulsen, Bildern, einer meditativen Reise und im gemeinsamen Austausch entdecken wir die bunte und lebendige Vielfalt weiblicher Lebensformen.

In der letzten Einheit gehen wir in einen Austausch mit Workshop 8 „Mutig, klar, mit Herz – Mann-Sein heute“.

Leitung: Renate FUCHS-HABERL Nußdorf (Sbg.)

WS 6 Wer wach sein will, muss schlafen.

Dem Selbst beim Träumen auf der Spur

Jeder träumt. Seit jeher interessiert, was unsere Träume bedeuten, ja warum wir träumen. Der Zeitgeist bestimmt, was man von Träumen hält. Umso verwunderlicher ist es, dass wir in unserer Kultur bis vor einigen Jahren auf unsere Träume vergessen zu haben scheinen! In den meisten Kulturen wird und wurde das Träumen hoch geschätzt.

Träumen ist ein essenzieller Vorgang, der uns hilft, Eindrücke aus dem Wachsein in unseren Gestalterfahrungsschatz zu integrieren. Seelische Bewegungen und Empfindungen werden dabei in unser Gedächtnis eingearbeitet – DreamSenseMemory (DSM) findet statt. Mit DSM kommen wir unseren Träumen näher, können sie besser erinnern und verstehen ...

Unser Workshop ist eine bewegende Reise in unsere Traum- und Wachwirklichkeit – und damit zu unserer Selbstwirksamkeit. Träume werden sichtbarer und spürbarer. Ein Traum ist wie ein Kunstwerk, das bewegen und wirken möchte. Traumarbeit macht unser Selbst sichtbarer und zugänglicher.

Leitung: Brigitte HOLZINGER Wien

WS 7 Der Atem als Quelle der Selbstwirksamkeit

In diesem Workshop widmen wir uns der unmittelbarsten Energie- und Kraftquelle des menschlichen Lebens. Die gezielte Hinwendung zum Atem und das Praktizieren von spezifischen Atem-Techniken ist in den meisten Weisheitstraditionen nicht nur Quell der Lebens- und Heilkraft, sondern auch Schlüssel zur Weisheit und mystischen Erfahrung.

Während der vier Einheiten wird durch behutsam begleitete Atemübungen der Vagusnerv bzw. das körpereigene Selbstheilungszentrum aktiviert und gestärkt. In weiterer Folge werden durch das *Verbundene Atmen* unsere Lebenskräfte gesteigert. Dies kann im körperlichen und seelischen Bereich zu heilsamen Erfahrungen und tiefen Einsichten führen. Zudem vermitteln wir effiziente Atem-Techniken als Hilfsmittel für mehr Selbstwirksamkeit, Kraft und Selbstheilung im Alltag.

Leitung: Miriam KRIESCHE & Lisa LINS Salzburg/Graz

WS 8 Mutig, klar, mit Herz – Mann sein heute

Heute stehen wir Männer vor neuen, zahlreichen Herausforderungen. Das Fehlen von Vorbildern bringt das traditionelle männliche Rollenbild ins Wanken. Um uns als selbstwirksam zu erfahren, erforschen wir die vielfältigen Aspekte des Mann-Seins und suchen gemeinsam Möglichkeiten, uns als Männer weiter zu entwickeln.

Welchen Herausforderungen stehen wir gegenüber? Wie können wir ein gesundes Selbstbild fördern und unsere emotionale Intelligenz stärken? Und wie können wir unsere Beziehungen stärken und verbessern?

Die Methoden: Körper- und Atemübungen, Gesprächsrunden, Achtsamkeitsübungen, Schattenarbeit, der Umgang mit Kraft und Aggression u.v.m.

Übungen des sich gegenseitigen Stärkens und der Selbstsorge fördern Klarheit, schenken Kraft und öffnen uns für ein neues, lebendiges und selbstwirksames Mann-Sein!

In der letzten Einheit gehen wir in einen Austausch mit WS 5 „Warum Frauen die Göttin brauchen“.

Leitung: Sebastian LINK Salzburg

WS 9 Schreiben wirkt – nach innen und außen

Kreatives Schreiben ist ein kraftvolles Werkzeug zur Selbstermächtigung und kreativen Lebensgestaltung. Schreiben erweitert den Horizont, regt Veränderungsprozesse an, schafft Zugang zu Ressourcen und neuen Möglichkeiten und bringt uns ins Handeln.

Im Workshop arbeiten wir mit verschiedenen Schreibtechniken und Impulsen, verbinden uns schreibend mit uns selbst und dem großen Ganzen. Aus dieser Verbundenheit heraus entsteht Neues, Ideen und Lösungen werden sicht- und spürbar. Die Kraft der Worte entfaltet ihre Wirkung.

Die Themen der vier Einheiten

- Schreiben als Denkwerkzeug: Lösungen finden durch Schreibdenken & Co.
- Schreiben zur Klärung: Meine inneren Anteile. Ich bin viele.
- Schreiben für eine ausgewogene Lebensbalance: Die fünf Stützen meiner Identität
- Schreiben in Verbundenheit: Mein Beitrag in der Welt

Leitung: Alexandra PEISCHER Innsbruck

Workshops

WS 10 Selbstintegration – von der wirkenden Kraft des Rückgebunden-Seins

Systemic Ritual ® verbindet systemische und schamanische Inhalte und Rituale. Durch den Einbezug von persönlichen und kollektiven Ressourcen, Ressourcen aus den Ahnenfeldern, der Natur und der spirituellen Welt können auf kreative Weise Gegensätze und Widersprüche in uns selbst oder außerhalb erkannt, akzeptiert und miteinander versöhnt werden. Ein wesentliches Element dieser Arbeit ist das Medizinrad der Schamanen. Die Arbeit mit dem Medizinrad hilft, allen Aspekten unseres Seins einen heilsamen Platz zu geben, egal wie herausfordernd und schwierig es sein mag, diese zu akzeptieren. Dadurch entsteht eine heilende Bewegung.

Unterstützt wird diese Bewegung durch die Wohlgesonnenheit des Einzelnen und Kollektiven.

Sowohl in Gruppen als auch in der Arbeit mit Einzelpersonen arbeite ich mit dem, was ist und immer schon war – auch wenn es vergessen ist. Um ein heilsames Feld zu kreieren, braucht es die Verbindung mit unseren eigenen Ressourcen, den Ressourcen der Bluts- und spirituellen Ahnen, eine Verbindung mit den Kräften aus der Natur, um ein tiefes Erleben und Erinnern zu ermöglichen.

Die Inhalte des Workshops:

- Grundlagen Systemischer Rituale
- Arbeiten mit dem Medizinrad
- Rituale zur Rückbindung mit Ressourcen
- Individuelle und kollektive Systemische Rituale

Anmerkung: Persönliche Anliegen können im Rahmen des Workshops eingebracht werden. Details dazu erfahren Sie mit der Anmeldung zum Workshop.

Leitung: Christa SPRENGER Graz

WS 11 Bewegung aus dem Trauma in die Vielfalt der Selbstwirksamkeit

Traumatische und belastende Erfahrungen sind oft mit Erstarrung verbunden. Die Erinnerungen an diese damals überfordernden Erlebnisse setzen sich im Körper fest. Bewegung ist Veränderung. Veränderung ist Leben. Leben ist stetige Entwicklung. Wir werden in diesem Workshop auf spielerische Art und Weise ressourcenorientiert lernen die Entwicklung aus alten Mustern zu beeinflussen.

Mit Hilfe des freien, intuitiven Tanzes und den dem Körper innewohnenden Lösungsimpulsen wollen wir uns in die Selbstwirksamkeit hineinbewegen. Wir befassen uns dabei

mit Fragen, was uns unterstützt, was losgelassen werden kann und wie es (noch) leichter gehen kann. Belastendes und vielleicht Ungeliebtes bekommen den Raum, mit Schönerem, Kraft- und Freudvollem zu tanzen.

Die *Integrative Bewegte Traumatherapie* (IBT / Romana Tripolt) hilft uns, das Bewusstsein für den eigenen Körper und seine impliziten Bewegungen zu vertiefen und so die individuelle Bewegungssprache und deren Ausdrucksmöglichkeiten zu erweitern, damit mehr Selbstgefühl und Selbstvertrauen im Körper gespürt und Quellen von Selbstwirksamkeitsempfinden freigesetzt werden können.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse oder sportliche Fähigkeiten erforderlich, nur die Offenheit, sich in einer Gruppe mit Anleitung frei zu bewegen. Bitte in bequemer Kleidung kommen.

Leitung: Nelli Weissert Leipzig

WS 12 Naturerfahrung zum Verständnis des Großen Ganzen

Die Natur bietet einen Selbsterfahrungsraum, in dem wir uns als Teil des Großen Ganzen begreifen lernen. Selbstwirksamkeit wird uns bewusst, wenn wir schwierige Situationen aus eigener Kraft bewältigen können. Die Wildnispädagogik und das Leben in der Natur bieten unendlich viele Möglichkeiten, solche Erfahrungen zu machen. In diesem Workshop werden wir uns auf einfache Art und Weise mit uns selbst und der Natur verbinden. Wir wollen unsere Sinne schärfen und erweitern, handwerklich arbeiten, Feuer machen und die eine oder andere Geschichte hören.

KINDER SIND IN BEGLEITUNG HERZLICH WILLKOMMEN. Bitte dem Wetter entsprechende Kleidung mitbringen; wer mag, kann sein eigenes Schnitzmesser mitbringen.

Leitung: **Jacob VOGT** Wildnisschule Auenland

ReferentInnen

BAUER Joachim www.psychotherapie-prof-bauer.de
ist Arzt, Neurowissenschaftler, Psychotherapeut und Autor viel beachteter Sachbücher. Für herausragende Forschung, die ihn u.a. auch in die USA führte, wurde er von der Deutschen Gesellschaft für Biologische Psychiatrie mit einem renommierten Preis ausgezeichnet. Er durchlief Facharztausbildungen in Innerer Medizin und Psychiatrie und ist in beiden Fächern habilitiert. Nach erfolgreichen Jahren an der Universität Freiburg, wo er eine Professur für Psychoneuroimmunologie bekleidete, lehrt, forscht und praktiziert Bauer jetzt in Berlin.

DITTMAR Vivian www.viviandittmar.net
ist Autorin, Gründerin der „Be-the-Change-Stiftung“ und Impulsgeberin für kulturellen Wandel. Ihre Kindheit und Jugend auf drei Kontinenten sensibilisierte sie früh für die globalen Herausforderungen unserer Zeit und sind bis heute ihr Antrieb, ganzheitliche Lösungen zu finden. Mit ihren Büchern, Vorträgen, Seminaren, Onlineangeboten und umsetzungsorientierten Projekten engagiert sie sich seit zwei Jahrzehnten für eine holistische Entwicklung von Mensch, Gesellschaft, Wirtschaft und Bewusstsein. Zu ihren Bucherfolgen zählen „Gefühle & Emotionen“, „beziehungsweise“, „Das innere Navi“ und „Echter Wohlstand“. Sie hat zwei Söhne und lebt mit ihrer Familie in Süddeutschland.

DREWERMANN Eugen
Theologe, Psychoanalytiker und Schriftsteller mit internationaler Reichweite; er gehört zu den bedeutendsten und erfolgreichsten theologischen Autoren. Für sein friedenspolitisches Engagement wurde er 2007 mit dem Erich-Fromm-Preis ausgezeichnet, 2011 erhielt er den internationalen Albert-Schweitzer-Preis, 2019 den Preis der Internationalen Hermann-Hesse-Gesellschaft. Der gefragte Referent nimmt immer wieder Stellung zu aktuellen gesellschaftspolitischen Fragen. Zuletzt erschienen die Trilogie „Richtet nicht!“, worin er die Entwicklung des europäischen Strafsystems nachzeichnet und mit Jesu entschiedener Haltung der Barmherzigkeit Auswege aus dem derzeitigen unmenschlichen und untauglichen Justizsystem aufzeigt, sowie „Nur durch Frieden bewahren wir uns selber. Die Bergpredigt als Zeitenwende“, worin er gegen die aktuelle Militarisierung den christlichen Pazifismus stark macht, damit der tödliche Kreislauf der Gewalt durchbrochen werden kann.

ReferentInnen

MAIO Giovanni
Philosoph und Arzt mit langjähriger eigener klinischer Erfahrung, seit 2005 Inhaber des Lehrstuhls für Medizinethik an der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg und Direktor eines eigenen Instituts für Ethik in der Medizin. In verschiedenen Ethik-Gremien berät er die Bundesärztekammer, die Bundesregierung und die Deutsche Bischofskonferenz. Über 400 Artikel zur Medizinethik und zahlreiche Bücher, neueste Buchpublikationen: „Mittelpunkt Mensch – Ethik in der Medizin“ (2012), „Abschied von der freudigen Erwartung“ (2013), „Geschäftsmodell Gesundheit“ (2014), „Medizin ohne Maß?“ (2014), „Werte für die Medizin“ (2018).

PAUSCH Johannes OSB
Theologe, Sozialpädagoge und Psychotherapeut, Gründung des Europaklosters Gut Aich in St. Gilgen (1993), Prior des Klosters seit 2004 bis 2021. Psychotherapeutischer Leiter des Hildegardzentrums, Kellermeister der Klosterkellerei Gut Aich. Vorträge und Seminare im In- und Ausland, 2012 Gründung des Vereins „Europäische Klosterheilkunde Gut Aich“. Autor zahlreicher Bücher, zuletzt erschien „Erkenntnis“ (2023) mit David Steindl-Rast.

THOMA Erwin www.thoma.at
wurde 1962 in Bruck geboren. Seine Naturverbundenheit ließ ihn früh den Beschluss fassen, Förster zu werden. Mit seiner Holzbaufirma errichtet Thoma heute Häuser, die zu 100 Prozent aus Holz bestehen – ein Weltpatent. Dafür bekam er die bislang einzige Cradle to Cradle-Gold-Zertifizierung für ein Baumaterial. Er veröffentlichte zahlreiche Bücher, darunter „... dich sah ich wachsen“, „Die Geheime Sprache der Bäume“ und „Die sanfte Medizin der Bäume“.

VON SCHIRACH Ariadne
unterrichtet an verschiedenen Hochschulen und hält Vorträge im In- und Ausland. Zudem arbeitet sie als freie Journalistin und Kritikerin. Sie wurde bekannt als Autorin der Sachbuch-Bestseller „Der Tanz um die Lust“ (2007) und „Du sollst nicht funktionieren“ (2014). „Die psychotische Gesellschaft“ (2019) bildet den Abschluss dieser Trilogie des modernen Lebens. 2021 erschien „Glücksversuche. Von der Kunst, mit seiner Seele zu sprechen“. Ihr neuestes Projekt „Gedankensurfen – die philosophische Alternative zur Keynote“ findet sich u.a. auf LinkedIn.

Seminar- & WorkshopleiterInnen

BAUER Hedi (DEVI Shanti) www.shanti-devi-yoga.de
ist Diplom-Psychologin und zertifizierte Yoga-Lehrerin BYV (Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen e. V.). Sie absolvierte eine umfangreiche Yogalehrerausbildung in den Yoga Vidya Zentren Freiburg und Bad Meinberg. Hedi Bauer ist Mitglied im Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen e.V. Zudem absolvierte sie eine Ausbildung in Traumasensiblen Yoga sowie zur Yin Yogalehrerin. Yin Yoga ist ein intensiver passiver meditativer Yogastil. Das Wissen des aus Indien stammenden Yoga wird hier mit dem Wissen der chinesischen Medizin verbunden.

BUCHART Karin www.buchart.at
verbindet die ernährungswissenschaftlich-analytische Sichtweise der Lebensmittel mit dem Erfahrungswissen der Regionen. So entstehen Verknüpfungen von Nährstoffen und Pflanzenwirkstoffen mit den Handwerken in der Küche. Sie hat Hausmittel mit ernährungswissenschaftlich gesicherter Wirkung als *Nutrazeutika* in Fachbüchern und Ratgebern publiziert und so für Gesundheitsberufe zugänglich gemacht, ist Autorin mehrerer Bücher und zahlreicher Kolumnen in diversen Zeitschriften.

CLEMENTI Heidi www.heidclementi.at
Aufgewachsen in Leifers bei Bozen, lebte und wirkte sie lange Zeit in Wien. Als Jodlerin und Singleiterin verführt sie gerne Menschen aller Altersgruppen zum gemeinsamen Singen und Jodeln, immer auf den Spuren eines neuen, ursprünglichen und authentischen Volksklangs. In ihren SING-MIT-Projekten möchte sie den Zauber des spontanen, herzhaften, direkten und ungezwungenen Singens in der Gemeinschaft erlebbar machen. Der Kopf staunt – die Seele freut sich – das Herz lacht.

DILLINGER Christian www.movinginstitut.at
Sport- und Bewegungswissenschaftler, Psychotherapeut (Katathym Imaginative Psychotherapie), CranioSacral Therapeut nach Upledger, Kinesiologe (Brain Gym, Touch for Health, Hyperton-X, Faculty und Ausbildungsleiter für Brain Gym und Hyperton-X für Österreich, Touch for Health Instruktor und langjähriger Vorsitzender des Österreichischen Berufsverbandes für Kinesiologie ÖBK.

FUCHS-HABERL Renate www.wildmohnfrau.at
ist die „Wildmohnfrau“ aus dem Salzburger Land, wurde 1968 in Salzburg geboren. Als Referentin für moderne

Seminar- & WorkshopleiterInnen

Matriarchatsforschung, Landschaftsmythologin, Ritualfrau und Autorin befasst sie sich seit vielen Jahren mit den vielfältigen Aspekten einer „Gesellschaft in Balance“, sowie mit den matriarchalen Traditionen und spirituell-schamanischen Bräuchen des europäischen Kulturraums. Sie vermittelt ihr Wissen dazu in vielerlei Veranstaltungsformaten, von Lehrgängen über Vorträgen bis zu Ritualen im Jahreslauf und Wanderungen zu alten Kultplätzen. In ihrer Praxis für Benaudira-Hörtraining unterstützt sie Kinder und Erwachsene mit individuellen Wahrnehmungstrainings.

HOLZINGER Brigitte www.traum.ac.at
geb. in Wien, Studium der Psychologie an der Univ. Wien und der Stanford University.
Sie ist eine Expertin in der Schlaf- und Traumforschung, Pionierin der Erforschung des Luziden Träumens und dessen Anwendungsmöglichkeiten. Sie ist Psychologin und Lehrtherapeutin für Integrative Gestalttherapie, Somnologin, Supervisorin, Trainerin, Adjunct Professor für Psychologie, Vorstandsmitglied der ASRA, Gründerin und Leiterin des Wiener Instituts für Bewusstseins- und Traumforschung, Bücher: „Schlafcoaching! – Wer wach sein will, muss schlafen“, „Schlafstörungen: psychologische Beratung und Schlafcoaching“, „Der Luzide Traum“.

KRIESCHE Miriam
Studium der Erziehungswissenschaften mit Fokus auf Kultur- und Sozialanthropologie und Psychologie. Ausbildung zum Consultant for Interconnective Development und Kriya breathwork practitioner.
Weiterbildungen v.a. im Bereich der Ethnomedizin. Zahlreiche Begegnungen und Erfahrungen in allen Teilen der Welt, speziell in Latein- und Nordamerika, lehrten sie Techniken, mit deren Hilfe sie es ermöglichen möchte, Verbundenheit erlebbar zu machen. Sie brennt dafür, Menschen zu ermutigen, sich ihrer Innenwelt zuzuwenden, um eine neue Realität zu kreieren.

LINS Lisa
Studium der Psychologie, Philosophie und Spanisch. Ausbildung zum Consultant for Interconnective Development und holistische Energie und Atemlehrerin. Weiterbildungen im Bereich der systemischen Verkörperungsarbeit. Sie ist Mitbegründerin des innovativen Gemeinschaftswohnprojekts „KooWo Volkersdorf“. 2015 schrieb sie ihre Forschungsarbeit zum Thema „Die Einheit erleben: Von der Notwendigkeit, den Blick hinter die Kulissen der Rationalität zu werfen“.

Seminar- & WorkshopleiterInnen

LINK Sebastian www.sebastianlink.at

ist seit 15 Jahren Trainer im Bereich Persönlichkeitsentwicklung und arbeitet mit Trainern und Therapeuten in Deutschland, Österreich und der Schweiz zusammen. In den letzten 20 Jahren sammelte er Wissen über Heilung und Weiterentwicklung aus verschiedenen indigenen Kulturen. Er leitete bis 2017 die Gesundheitspraxis Salzburg, ein Zentrum, in dem verschieden Ansätze zur Körperarbeit (Cranio Sacral Therapie, hawaiianische Körperarbeit, u.a.) vereint wurden und hat sich mittlerweile auf Seminare und Männerarbeit spezialisiert.

PEISCHER Alexandra www.schreibraum.com

Gründerin von „schreib.raum“ Innsbruck, Bildungswissenschaftlerin, Schreibtrainerin, Schreibpädagogin, Trainerin der AGB-Akademie für Gruppe und Bildung, Supervisorin und Coach (ÖVS), Gestaltpädagogin, Lebens- und Sozialberaterin, Yogalehrerin sowie Lehrbeauftragte an Universitäten und FHS.

POURIAN Heike www.beruehrbarewelt.de

versteht sich als Wandelforscherin. Ihre Heimat ist der improvisatorische Tanz, den sie als Inspiration und Experimentierfeld für transformative Prozesse erlebt. Sie begleitet Menschen, sich als Einzelne und kollektiv bewusst an der Schwelle wahrzunehmen, die der momentane Paradigmenwechsel markiert. Als Zeichen dafür hat sie die Praxis *Standing with the Earth* ins Leben gerufen: Innehalten und Spüren im öffentlichen Raum. 2021 erschien ihr Buch Wenn wir wieder wahrnehmen. Wach und spürend den Krisen unserer Zeit begegnen.

SHI XINGGUI www.shixinggui.at

Shaolinmönch in 32. Generation, Lehrender, Buchautor; lebt in Salzburg.

SPRENGER Christa www.sprenger-organisationsberatung.org

Beraterin für Organisationsentwicklungsprozesse, Begleitung von Changeprozessen in Unternehmen, Managementberaterin, Begleitung von Menschen, die sich in Veränderungen und Übergängen befinden, u.a. durch Aufstellungsarbeit und Systemische Rituale nach Daan van Kampenhout.

WEISSERT Nelli www.nelliweissert.de

Systemische Psychotherapeutin und Traumatherapeutin, Weiterbildungen in Integrativ Bewegter Traumatherapie & Tanz aus dem Trauma bei Romana Tripolt.

VOGT Jacob www.wildnisschule-auenland.at

Wald-, Wildnis- und Jagdpädagoge

Anmeldung/Organisationshinweise

Wir ersuchen um Anmeldung: www.schlossgoldegg.at – per E-Mail oder telefonisch. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Pauschalkarten-Besteller werden bevorzugt berücksichtigt.

Bitte beachten Sie, dass Sie erst nach Eingang Ihrer Zahlung eine Reservierungsbestätigung von uns erhalten!

TEILNAHMEGEBÜHREN

Einführungsseminare:

Mittwoch, 7. Juni, 10 – 17 Uhr € 95,-

Pauschalkarte

Vorträge ab Mittwoch, 7. Juni, 20 Uhr
und 1 Workshop von Do – Sa € 230,-

10 % Ermäßigung für Ö1-Clubmitglieder!



ZAHLUNGSMÖGLICHKEIT

Überweisung an: Raiffeisenbank Pongau Mitte
IBAN: AT78 3505 5000 0201 1286 BIC: RVSAAT2S055

INFORMATION, TAGUNGSBÜRO

Kulturverein SCHLOSS GOLDEGG www.schlossgoldegg.at
5622 Goldegg, Hofmark 1, Österreich
T 0043 6415 8234-0 *E-Mail: office@schlossgoldegg.at*

ZIMMERRESERVIERUNG

Tourismusverband Goldegg www.goldeggamsee.at
T 0043 6415 8131 *E-Mail: tourismus@goldeggamsee.at*

WIE SIE SCHLOSS GOLDEGG MIT DER BAHN ERREICHEN

Zielbahnhof: Schwarzach-St. Veit, von dort mit dem „Dialog-Taxi“ zum Schloss bzw. zu den Quartieren und retour.