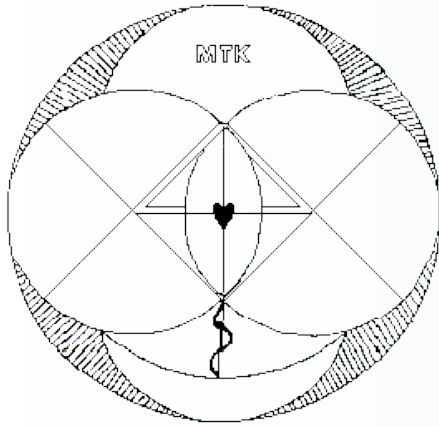


**Main Transpersonale Käer a.s.b.l.**  
**Letzebuenger Gesellschaft**  
**für Transpersonal Psychologie**  
MTK - SEN / MTK - LTG / MTK - IBG



## MTK-Info

Nummer 79  
03-06,2018



## Kräuterwanderung mit Pascale Scaccia

Am Samstag dem 19. Mai von 14:00 - 17:30

"Oh, große Kräfte sind's, weiß man Sie recht zu pflegen,  
die Pflanzen, Kräuter, Stein in Ihrem Inneren hegen."  
W. Shakespeare

**Frühlings-Kräuterwanderung mit selbstgemachten kleinen Leckereien**

**Kräuterfrau: Pascale**

[pascale.scaccia@education.lu](mailto:pascale.scaccia@education.lu)

**Kosten: 20€/Person**

**Treffpunkt: siehe Seite 2**

**Anmeldung und  
weitere Informationen:**

[c.hargesheimer@integralis.lu](mailto:c.hargesheimer@integralis.lu)

GSM: +352-621516930

[www.integralis.lu](http://www.integralis.lu)



## KoordinatorInnen-Nachmittag

Am Samstag dem 14. April von 14:00-18:00

**Treffpunkt: 15A, Am Becheler 7213 BERELDANGE**

## No eiser Generalversammlung

B.P. 54, L-8005 Bertrange

Redaktion No 79:  
A. Groff & C. Sarti

MTK-Telefon: 691-456 789

email : [mtk@mtk.lu](mailto:mtk@mtk.lu)

web: [www.mtk.lu](http://www.mtk.lu)

BIC: CCPLLULL IBAN:  
LU29 1111 1315 0671 0000

**Den Tour wärt  
am Mellerdall sin.  
Mir treffen eis zu  
Rippeg L- 6246  
3, am Greckert**



## **GENERALVERSAMMLUNG : der BERICHT**

Kürzlich fand die Generalversammlung der „Lëtzebuerger Gesellschaft fir Transpersonal Psychologie“ (MTK a.s.b.l.) statt. Präsident Alfred Groff blickte zurück auf ein Jahr mit seinen Selbstentfaltungs- und Meditationsangeboten, der Mitarbeit bei Democracy International, der Herausgabe des MTK-Infos und vor allem der Reise nach Auroville in Indien, die von Claudia Hagersheimer begleitet wurde.

Regelmäßig fanden 2017 die Abende „Meditation und Bewusstseinsübungen“ statt, die unter [www.meetup.com](http://www.meetup.com) angekündigt werden. Den Workshop „Meditatives Malen“ mit Tilly Wengler gab es 2017 zweimal. Des Weiteren wurden drei Abende zum Thema Beziehung von Sandra Rendall und Alfred Groff angeboten. Des Weiteren eine Fastengruppe, ein meditatives Gemeinschaftsessen, ein meditativer Waldspaziergang und weitere Treffen etwa zum Thema „Lebens- und Sinnfragen“. Das MTK-Info erschien viermal im Jahr. Die vom Verein betreuten Webseiten [www.mtk.lu](http://www.mtk.lu) und [www.demokratie.lu](http://www.demokratie.lu) wurden laufend aktualisiert und vor allem wurde das Layout modernisiert, wie es seit längerem angedacht war. Das Informations- und Sinnkrisentelefon ist weiter unter der Nummer 691 456789 zu erreichen.

Wie die Mitgliederzahl ist auch die finanzielle Lage der Vereinigung stabil geblieben. Die Kassiererin wurde anschließend an die Kassenrevision entlastet. Der Mitgliedsbeitrag wurde bei 30 Euro belassen.

Zwei neue Mitglieder wurden in den Vorstand aufgenommen und zwar Sarah Rendall und Saila Kumputie. Françoise Reuland wurde für drei weitere Jahre gewählt. Der Vorstand setzt sich jetzt wie folgt zusammen: Alfred Groff (Präsident), Tilly Wengler-Haan (Vizepräsidentin), Françoise Reuland (Kassiererin), Christian Sarti (Sekretär), Claudia Hagersheimer, Gabrielle Heintz, Saila Kumputie, Gérard Peters und Sarah Rendall (Beisitzende).

Zum Abschluss wurden einige Zukunftsprojekte besprochen:

Eine weitere Reise nach Auroville könnte zwischen Mitte November und Mitte Dezember 2018 stattfinden. Für zwölf Tage würden die Kosten pro Teilnehmer bei maximal 800 Euro liegen, alles inklusive ausser dem Flug. Interessenten sollten sich möglichst frühzeitig unter [mtk@mtk.lu](mailto:mtk@mtk.lu) melden.

Eine Kräuterwanderung wurde angedacht, ein Nachmittag meditatives Malen ist für die zweite Jahreshälfte vorgesehen, ebenso ein Workshop für Paare mit Claudia Hagerheimer und Alfred Groff am ersten Oktoberwochende.

Der von Alfred Groff geschriebene Roman "Mensch, Mensch", der vom MTK herausgegeben wird, wird in den nächsten Wochen erscheinen. Es wurde beschlossen den Preis für das Buch bei 15 Euro festzusetzen.

Da die Säle in Esch und Götzingen nicht mehr zur Verfügung stehen, wurden Angebote für Tages- oder Wochenendveranstaltungen in Feulen, Medernach und Ralingen (D) beabsichtigt. Daneben gibt es ja auch noch andere Angebote: etwa in Fünfbrunnen, in Howald, in Bereldange und in verschiedenen Jugendherbergen. Die Zusammenarbeit mit der Gemeinde Bertrange soll ausgebaut werden. In der zweiten Jahreshälfte könnte es auch zwei vereinsinterne Möglichkeiten von Saalbenutzungen ergeben.



Damit die professionellen MTK-Mitglieder sich und ihre Arbeitsweisen noch besser kennenlernen und eine Zusammenarbeit in verschiedenster Form dadurch gefördert wird, wurde beschlossen, viermal jährlich ein Nachmittagstreffen, mit von den Mitgliedern gestalteten Inhalten, für Mitglieder und deren Freunde und Gäste zu organisieren. Dies soll von 14-18 Uhr an den 2. Samstagsnachmittagen der Monate Januar, April, Juli und Oktober stattfinden, bei jeweils mindestens vier Interessenten. Eine Vernetzung mit ähnlichen Initiativen wird angestrebt.

Der nächste MTK-Info erscheint Ende des Monats März. Um aktuelle Beiträge wurde gebeten.

Mit einem kollegialen Essen, zu dem weitere Mitglieder und Freunde dazustießen, wurde der Abend beschlossen.



**BERICHT OCH ENNERT DESEM LINK ZE FANNEN:**

<https://www.wort.lu/fr/mywort/bartringen/news/generalversammlung-2018-vun-der-gesellschaft-fir-transpersonal-psychologie-mtk-5aab0190c1097cee25b85055>



# Herbstreise nach Auroville in Südindien

Für Mitglieder und Freunde/Freundinnen von MTK a.s.b.l.

Ankommen am Strand, drei Tage Tempeltour, dann

Auroville entdecken, die Stadt der Morgenröte in Südindien,

„... ein Ort wo das Bedürfnis nach Spiritualität und das persönliche Wachstum, wichtiger sein wird als die Befriedigung von Bedürfnissen und Passionen oder das Suchen nach Befriedigung und Materiellen Freuden.“ Die Mutter

Auroville ein Gesellschaftsexperiment und Partner der UNESCO seit 50 Jahren,

voraussichtlich 15. -28. November 2018

Max. 10 Personen, Kosten ca. 800 Euro, HP, zzgl. Flug

Bei Interesse Claudia Hargesheimer möglichst bald, wegen der Planung ansprechen



## The Invitation by Oriah

Es interessiert mich nicht, wovon Du Deinen Lebensunterhalt bestreitest.  
Ich möchte wissen, wonach Du Dich sehnst und ob Du es wagst,  
davon zu träumen, Deine Herzenswünsche zu erfüllen.

Es interessiert mich nicht, wie alt Du bist.  
Ich möchte wissen, ob Du es riskieren wirst,  
verrückt vor Liebe zu sein, vernarrt in Deine Träume,  
in das Abenteuer, lebendig zu sein.

Es interessiert mich nicht, welche Planeten in welcher Konstellation zu Deinem Mond stehen.  
Ich möchte wissen, ob Du die Mitte Deines Leids berührt hast,  
ob Du durch Verrat, den Du im Leben erfahren hast,  
aufgebrochen und offen geworden  
oder geschrumpft bist und Dich verschlossen hast vor Angst und weiterem Schmerz.

Ich möchte wissen, ob Du dasitzen kannst mit Schmerz  
– meinem oder Deinem eigenen –  
ohne irgendeine Bewegung der Ausflucht,  
ohne den Schmerz zu verbergen, ohne ihn verschwinden zu lassen, ohne ihn festzuhalten.

Ich möchte wissen, ob Du mit Freude dasein kannst  
– meiner oder Deiner eigenen –  
ob Du mit Wildheit tanzen und zulassen kannst,  
daß Ekstase Dich erfüllt bis in die Fingerspitzen und Zehen hinein,  
ohne jene Vorsicht, in der du dich in acht nimmst,  
realistisch bist und dich an die Begrenzung des Menschendaseins erinnerst.

Es interessiert mich nicht, ob die Geschichte, die Du mir erzählst, wahr ist.  
Ich möchte wissen, ob Du jemanden enttäuschen kannst, um zu Dir selbst ehrlich zu sein,  
ob Du es erträgst, daß Dir deshalb jemand Vorwürfe macht  
und Du trotzdem Deine eigene Seele nicht verrätst.  
Ich möchte wissen, ob Du treu sein kannst und zuverlässig.

Ich möchte wissen, ob Du Schönheit sehen kannst, auch dann, wenn es nicht jeden Tag schön ist  
und ob Du in Deinem Leben einen göttlichen Funken spürst.  
Ich möchte wissen, ob Du mit Mißerfolg leben kannst  
– mit Deinem und meinem –  
und immer noch am Ufer eines Sees stehen und "Ja" zum Vollmond rufen kannst.

Es interessiert mich nicht, wo Du lebst oder wieviel Geld Du hast.  
Ich möchte wissen, ob Du nach einer kummervollen Nacht voller Verzweiflung aufstehen kannst  
–ausgelaugt und mit Schmerzen –  
und trotzdem tust, was getan werden muß für Deine Kinder oder andere Menschen.

Es interessiert mich nicht, welche Schulausbildung Du hast oder wo und bei wem Du studiert hast.  
Ich möchte wissen, ob Du mit mir in der Mitte des Feuers stehen und nicht zurückschrecken wirst.  
Ich möchte wissen, was Dich von innen aufrecht erhält, wenn alles andere wegfällt.

Ich möchte wissen, ob Du mit Dir selbst alleine sein kannst  
und ob Du wirklich die Leute magst, mit denen Du Dich in Zeiten der Leere umgibst.

Oriah Mountain Dreamer (im Mai 1994, <http://www.oriahmountaindreamer.com>)

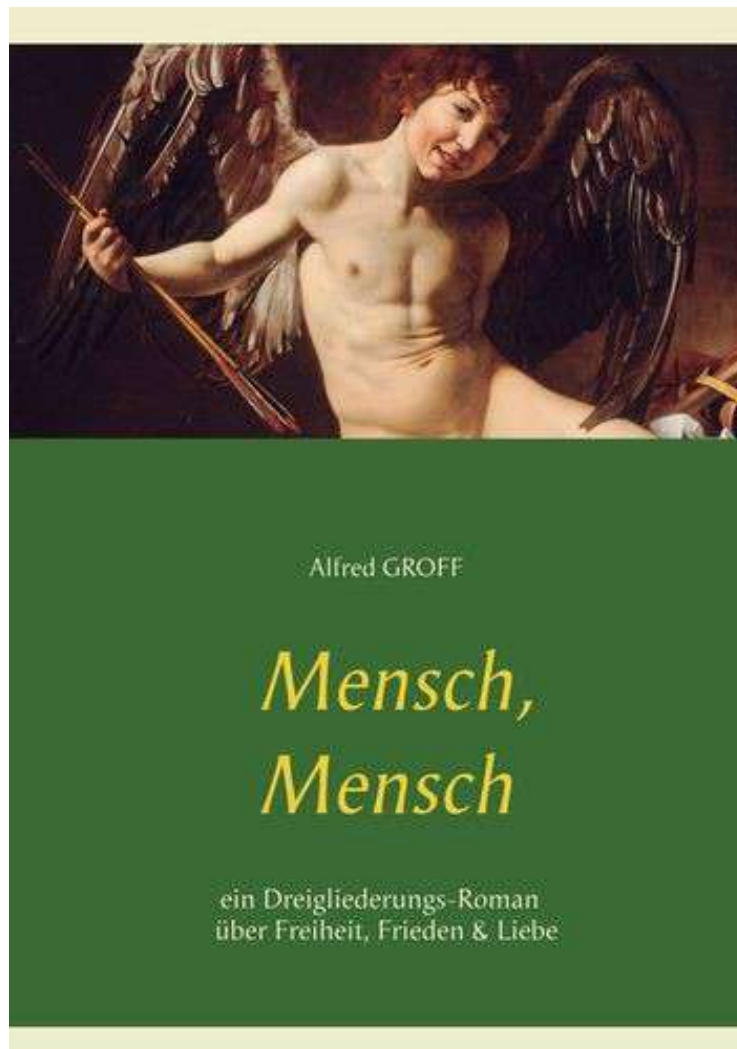
# **MENSCH, MENSCH MEETUP bei ALFRED**

## **„ENTSPANNT, ACHTSAM, BEWUSST: Impulse für den Alltag“**

- 1. Das Tetraeder, die Kutsche und der Willensübungsvorsatz**
- 2. Sitzen in Stille:**  
**Ankommen, Raum und Menschen im Hier und Jetzt erfühlen.**
- 3. - Motorikzentrum entspannen (Arme, Beine, Becken).**  
**- Den Körper von den Fußsohlen bis zu den Schultern innerlich spüren.**  
**- Bewusst atmend die Energie kreisen lassen und zur Stirnmitte leiten.**
- 4. - Gefühlszentrum entspannen (Solarplexus, Herzbereich)**  
**- Vier Energiepunkte im Brustbereich aktivieren - Selbstvertrauen, Offenheit, Akzeptanz, Liebe**  
**(„positive Atelemente“ / „innerlich Hände reichen“).**  
**- Herzöffnung und die Energie zur Stirnmitte leiten.**
- 5. - Denkzentrum entspannen (Kiefer, Nacken, Augen)**  
**- Augenübung zum Ausgleich der Hirnhälften und vier Energiepunkte im Kopfbereich aktivieren (zwei Hirnhälften, Kleinhirn, Zirbeldrüse).**  
**- Energie zur Stirnmitte führen und die drei Energiearten bündeln.**
- 6. Entspannungs-Atemübung : kommen lassen, los lassen, durchfließen lassen, Einswerden lassen**  
**(Ein- und Ausatmen: Energie nach unten und oben kreisen lassen)**
- 7. Steinübung: Meditation – Selbstbeobachtung – Spiel**
- 8. Bewegungsübung oder Thema aus dem Buch „Mensch, Mensch“**
- 9. Tagesrückblick oder Sitzen in Stille zum Ausklang**
- 10. Austausch**



MTK asbl und ID asbl (Hrsg.)



<https://www.facebook.com/menschroman>

PROBELESEN: [www.bod.de/booksample?json=http%3A%2F%2Fwww.bod.de%2Fgetjson.php%3Fobjk\\_id%3D2227945%26hash%3Dbab344da54c5f79ebab5b329a6ce989d](http://www.bod.de/booksample?json=http%3A%2F%2Fwww.bod.de%2Fgetjson.php%3Fobjk_id%3D2227945%26hash%3Dbab344da54c5f79ebab5b329a6ce989d)

BESTELLEN UNTER: [www.bod.de/buchshop/mensch-mensch-alfred-groff-9783746091389](http://www.bod.de/buchshop/mensch-mensch-alfred-groff-9783746091389)

oder unter: [www.amazon.de](http://www.amazon.de)

# www.demokratie.lu & DEMOCRACY INTERNATIONAL



Alfred hat uns beim Wochenendtreffen des internationalen D.I.-Rates in Köln im Februar 2018 vertreten.

<https://www.democracy-international.org/de/rat>



# MTK-GRUPPEN

**Frühjahr 2018**

*Alle Gruppen finden regelmäßig statt.*

*Eine Anmeldung beim Koordinator ist erforderlich.*

*(Infos unter 691 456 789 bzw. [mtk@mtk.lu](mailto:mtk@mtk.lu)).*

*Die Gruppen können abgesagt werden, wenn nicht eine Mindestzahl an Teilnehmern angemeldet ist*

*(Angemeldete werden in diesem Fall benachrichtigt).*

*Jede(r) TeilnehmerIn trägt durch seine/ ihre freiwillige Teilnahme die volle Verantwortung für sich selbst.*

## **Nächstes MTK-MEETUP-Treffen**

**zu Themen wie Lebens- und SINNfragen, BEWUSSTSEINsentwicklung, Integrales LEBEN, spirituelle Krisen, MEDITATION ... (MTK-LTG, MTK-SEN)**

*oder*

**mit einem GESELLSCHAFTS-POLITISCHEN Thema betrachtet aus einer integralen Perspektive: TRANSPERSONAL - WELTZENTRISCH – BEDINGUNGSLOS (MTK-IBG an Demokratie asbl)**

**Datum und Ort siehe unter folgendem Link:**

**[http://www.meetup.com/  
Luxembourg-Consciousness/](http://www.meetup.com/Luxembourg-Consciousness/)**

## **Kurse von Claudia Hargesheimer Integralis Luxemburg im Frühjahr 2018**

[www.integralis.lu](http://www.integralis.lu) oder auch [www.paarberatung.lu](http://www.paarberatung.lu)

### **Za-Zen Meditation am Montag**

Einführung für interessierte und Übungszeit für erfahrene Menschen.

Ort: Clubhaus am Becheler in Bereldingen

Anmeldung: [sec.becheler@50-plus.lu](mailto:sec.becheler@50-plus.lu)

Leitung und Information: Claudia Hargesheimer

Tel.: +352-621516930 oder [info@integralis.lu](mailto:info@integralis.lu)

Termine: Ab 16. April, 10 Termine montags, von 10.00 bis 11.00h

Kosten: 120,00 Euro

### **Progressive Muskelrelaxation – Ein Weg zur Leichtigkeit**

Einführung für interessierte und Übungspraxis für erfahrene Menschen.

Ort: Clubhaus am Becheler in Bereldingen

Anmeldung: [sec.becheler@50-plus.lu](mailto:sec.becheler@50-plus.lu)

Leitung und Information: Claudia Hargesheimer

Tel.: +352-621516930 oder [info@integralis.lu](mailto:info@integralis.lu)

Termine: Ab 17. Mai, 10 Termine donnerstags, von 17.00 bis 18.00h

Kosten: 110,00 Euro

# FINDHORN 2018

Ich habe vom 10-17 März am Treffen der Kontaktleute in Findhorn teilgenommen. Wir waren eine bunte Gruppe um die 30 Leute aus Europa, Nord- und Südamerika, sowie Japan. Für mich war diese Woche etwas sehr Besonderes, weil ich zum letzten Mal 1998 in Findhorn war. 20 Jahre sind vergangen, wo ich den inneren Kontakt immer mit der Gemeinschaft klar gespürt habe, und mich auf dem Laufenden durch Freunde und anderen Infos gehalten habe.



Aber wirklich da zu sein, und in einer starken intensiven Gruppe, "that's the real thing!".



Die Findhorn Foundation ist während all diesen Jahren, wie gewohnt durch viele Krisen und Herausforderungen gegangen, und hat in diesem Prozess immer wieder neue Wege gefunden sich weiter zu entwickeln und dabei dem originellen Geist von Findhorn treu zu bleiben.

Findhorn hätte sich zu einer von vielen Konferenz- und Workshop-Organisationen entwickeln können. Sie sind es aber nicht geworden, da die Kraft des Ortes, und das sehr originelle Leben der Gemeinschaft immer vorrangig geblieben ist. So muss man heute noch immer, bevor man irgendeinen anderen Kurs machen kann, die Findhorn Experience Week absolvieren. Da erlebt man Findhorn von Innen, in einer Gruppe, man beteiligt sich am Leben der Gemeinschaft, und spürt und erlebt so die besondere Energie, den Geist der Findhorn Gemeinschaft.



Die Gemeinschaft hat sich sehr im Physischen weiterentwickelt, und ist im Moment noch dabei das Innere damit im Einklang zu bringen. So gibt es heute so um die 70 "members", Mitglieder der Gemeinschaft, die full time, da leben und arbeiten, und es gibt so um die 700 Leute, die in anderen Organisationen, Betrieben, und privat, sehr nahe an der Gemeinschaft wohnen und ihre Aktivitäten haben die im Einklang mit der Findhorn Foundation sind.



Jonathan Caddy, der Sohn von Peter und Eileen war die ganze Woche Mitglied unserer Gruppe. Er hat sehr viel über seinen persönlichen Weg und über die rezente Entwicklungen in der Gemeinschaft mit uns geteilt. Es ist nicht einfach der Sohn von zwei Legenden zu sein und seine eigene Kraft und Sinn zu finden. Jonathan war an vielen neuen Bauprojekten beteiligt und hat bei einem Rundgang uns die neuen Baugebiete gezeigt.



Eine grosse Herausforderung für die Gemeinschaft, ist der wachsende Altersdurchschnitt der Leute in der Gemeinschaft, und deren die, die relativ teuren Öko-Häuser sich leisten können. Dafür haben sie billigere Hausvarianten eingeführt, wo eine Häusergruppe viele Räume, wie Stube, Küche, Abstellräume teilt. Andere alternative Finanzmöglichkeiten gibt es auch. Ein weitere Entwicklung um junge Leute anzuziehen ist, dass die Findhorn Foundation im Ramen der *Holistic Education for Sustainable Living Kurse und Praktika anbietet die gewissen Uni Studien angerechnet werden.*

Ich war sehr beeindruckt von der Weite und Tiefe der Aktivitäten und Projekte die ich gesehen habe, oder die wir von den verschiedenen "focalizers" der Gemeinschaft vorgestellt bekamen.

Die Gemeinschaft arbeitet gerade an einem neuen klaren Ausdruck der Ziele der Foundation . Hier sind die Sätze, die noch in Bearbeitung sind, aber sehr klar ausdrücken was die Gemeinschaft ist:  
« Co-creating a Triving and loving world. As a conscious community, we strive to demonstrate a practical spirituality in harmony with nature, and play our part to positively transform humanity and the Earth. »



Wenn du interessiert bist noch mehr über die Foundation zu lesen, hören oder sehen gibt es jede Menge Informationen auf ihrem Website [www.findhorn.org](http://www.findhorn.org).



Da der Gut Merteshof (<http://www.begegnungstherapie.de/>) nur 3 km von meinem Wohnort, in der Gemeinde Ralingen, entfernt ist, und sehr schöne Möglichkeiten mit zwei großen Sälen und Unterkünfte bietet, bin ich im Moment inspiriert einen Findhorn Tag oder Abend in den nächsten Monaten zu organisieren. Ich möchte mit Sacred Dance (Kreistänze), Meditation, attunement, und andere Aktivitäten, den Geschmack des Findhorn Geistes vermitteln.



Wenn du daran interessiert bist , oder weitere Infos über Findhorn haben möchtest, kannst du mich gerne per email erreichen [christian.sarti@gmail.com](mailto:christian.sarti@gmail.com) oder Telefon +352 691551005.



Desweiteren, habe ich endlich mein Buch "The Big Wave" veröffentlicht. Es ist beim Verlag erhältlich (<https://www.bod.de/buchshop/the-big-wave-9783746055251>) und bei Amazon, Taschenbuch portofrei mit Prime, und auch Kindle eBook (<https://www.amazon.de/dp/B07B29GCH4>)

In der Geschichte wird eine erstaunliche Welt lebendig, eine Welt, in der Geist und Wissenschaft wieder vereint sind und wo die Menschen ihren Planeten als ein empfindsames Wesen kennen.

