



MTK - INFO

Main Transpersonale Kär a.s.b.l.

Letzebuerger Gesellschaft fir Transpersonal Psychologie

Einladung zur Generalversammlung

Liebe Mitglieder,

Am 1. Februar 2006, um 19.00 Uhr findet unsere diesjährige ordentliche Generalversammlung statt, im Restaurant La Ciocara, 15, rte de Diekirch, in Walferdingen,. Hierzu möchten wir Euch herzlich einladen. Interessenten, die sich für die Mitarbeit im Vorstand interessieren, möchten sich bitte bis zum 31. Januar 2006 unter der Nummer 71 06 29 melden.

Im Anschluss an die Versammlung werden wir gemeinsam zu Abend essen.

Tagesordnungspunkte:

- Bericht über die Aktivitäten 2005
- Kassenbericht, Kassenlage, Mitgliederbeitrag
- Vorstandsentlastung
- Vorstandswahl (A.Groff, G.Heintz, S.Kruchten, T.Wengler: austretend und wiederwählbar)
- Ausblick für das Jahr 2006
- Verschiedenes

Wir danken allen Mitgliedern, die ihre Beiträge bezahlt haben. Die Mitglieder, die ihren Beitrag bisher noch nicht bezahlt haben, möchten wir hiermit nochmals herzlich bitten dies noch vor der Generalversammlung nachzuholen.

Neues aus den Gruppen

Die Möglichkeit **jede Woche** an einem **Meditationsabend**, jedoch in unterschiedlicher Gestaltung, teilzunehmen, sieht ab Februar folgendermaßen aus:

Am **ersten und dritten Mittwoch** im Monat findet in **Ettelbrück** ein **Meditationskreis** statt. Die Koordination übernimmt Gaby Heintz. (Anmeldung MTK-Info-Telefon 71 06 29).

Der Abend beginnt mit einem Meditationskreis in Stille, für etwa 45 Minuten. Anschließend kann das Erlebte während 15 Minuten nachwirken. Nach weiteren 20 Minuten Sitzen in Stille schließt der Abend mit einem Energiekreis ab.

Der **zweite Dienstag** im Monat, in **Götzingen**, steht unter dem Motto **Dynamische Entspannung und stille Meditation**. Dies ist eine offene Gruppe. Koordinatoren sind Jean-Marie Godar und Alfred Groff.

Der Abend beginnt mit einer dynamischen Entspannung, da dies für viele hilfreich ist um den Körper und den Gedankenfluss auf die stille Meditation vorzubereiten. Die dynamische Entspannung umfasst aktive Meditationen, bewusstes Atmen, Körpererspüren, Öffnen des Energieflusses, Bewegung mittels Einzel-, Partner- oder Gruppenübungen. Der Abend schließt mit meditativem Sitzen in Stille ab. Die Meditationsdauer wird von den jeweiligen Teilnehmern bestimmt.

Am **vierten Dienstag** im Monat, in **Götzingen**, ist die Kombination **Stille Meditation und Textdiskussion** vorgesehen. Die Koordination dieser offenen Gruppe übernehmen Alfred Groff und John Lippert.

Der Abend beginnt jeweils mit einer Phase der stillen Besinnung. Wir sitzen in einem Meditationskreis in Stille für etwa 45 Minuten. Wer früher aufhören möchte kann sich einfach hinlegen und die Meditation nachwirken lassen. Es wird keine bestimmte Meditationsform (wie Za-Zen, Bild-, Symbol- oder Mantrameditation) vorgegeben. Eine Anleitung zum meditativen Sitzen ist für Anfänger möglich. Anschließend kann jeder Teilnehmer seine Eindrücke und Empfindungen ohne Kommentar der Anwesenden mitteilen.

Anschließend wird ein kurzer Text oder Artikel mit psychospirituellen Themen zur Anregung unserer Erkenntnis und Bewusstseinsbildung gelesen (z.B. von Ken Wilber, Karlfried Graf Dürckheim, Rudolf Steiner oder andern Verfassern aus dem transpersonal-psychologischen Bereich). Auch Anregungen der Gruppenteilnehmer sind willkommen. Es findet ein Austausch zu dem jeweiligen Thema unter Berücksichtigung des aktuellen Zeitgeschehens und persönlicher Themen statt.

Herbstausflug am 8. Oktober

Am Samstag, den 8. Oktober sind wir von Medernach aus zu dem nahe gelegenen Kraftort bei Aechelbur gegangen. Dort haben wir kurz meditiert. Das anschließende gemeinsame Abendessen konnten wir draußen in einem schönen Garten an der Sauer, mit von jedem mitgebrachten Köstlichkeiten, einnehmen. Die Teilnehmer haben das beschauliche Treffen an diesem wunderschönen warmen Herbsttag sehr genossen.

MRF

Qigong und intuitives Malen

Am Wochenende vom 4.-6. November 2005 haben der MTK und das IIGF Institut für Integrative Gesundheitsförderung eingeladen zum Auftakt des Weiterbildungsprojektes „Kunst und Gesundheit“. Leitgedanke ist das Entwickeln von eigenen Ressourcen zur Förderung von Lebensqualität im Sinne der Ausbildung von persönlicher Gesundheitskompetenz

Am Freitagabend wurde der vom IIGF veranstaltete Studiengang „Master of Science -integrated health“ von Prof. Christian Endler, dem Leiter des interuniversitären „College inter-uni.net Graz“ präsentiert.

Außerdem hat Christian Colombo das IIGF, Alfred Groff den MTK und Michel Heffrich sein Projekt Cultopia, eine soziokulturelle Begegnungsstätte, vorgestellt

Fünfzehn Menschen hatten sich für das Seminar: „Qigong und Intuitives Malen“ mit Fr. Professor Wenjuan Shi Beneke, Christian Colombo und Tilly Wengler-Haan angemeldet. Das Wochenende, das in dem schönen Schengener Schloss stattfand, war ein voller Erfolg. Frau Beneke hat mit viel Leichtigkeit, Eleganz und pädagogischem Können die acht sanften Bewegungs- und Atemtechniken des *Baojian Gong* gelehrt. Sie hat uns außerdem immer wieder darauf hingewiesen, dass es nicht möglich ist von jetzt auf gleich die gesamte mögliche Wirkung zu erleben. Erst einmal geht es darum den Ablauf der verschiedenen Bewegungen zu lernen und zu verinnerlichen. Wenn sich dann ein Gefühl dazu entwickelt, kann man weiterschreiten zur energetischen Feinarbeit mit dem Atem um so Schritt für Schritt in den Genuss der wohltuenden Wirkung der Übungen auf Körper, Geist und Seele zu kommen.

Tilly Wengler hatte den Malraum perfekt vorbereitet, so dass aus jedem, der sich darauf einließ, die Kreativität nur so sprudeln konnte. Der Sonntagmorgen wurde von Gaby Heintz mit einer wohltuenden Meditation eingeleitet.

Christian Colombo hat mit seiner Einführungsübung am Samstag gleich für Tiefgang gesorgt, zwischendurch mit uns eine Akupressurübung an den Füßen gemacht und ansonsten dem Ganzen einen harmonischen Rahmen gegeben. Den „intuitiven Spagat“ zwischen Malerei und Qigong, wie er es nennt sieht er auch für sich persönlich als wertvolle Erfahrung und lohnenswerten Ansatz, und hofft, dass der in Zukunft noch einmal in der Reihe "Kunst und

Gesundheit" aufgegriffen wird. Dem kann ich, auch im Namen anderer Teilnehmer, mich nur anschließen.
MRF

Seminare mit Beatrice Didong

Im Rahmen des MTK bietet **Béatrice Didong** in Goetzingen am **4. Februar und am 23. September 2006** einen **Schnuppertag** an, an dem sie die Methoden (Astrologie, Rückführungen, Tachyonen), mit denen sie seit Jahren erfolgreich arbeitet, vorstellt.

Desgleichen bietet sie am Wochenende vom **01-02.04.06** und vom **25-26.11.06** ein Seminar an für **Reinkarnations-Gruppen-Reisen**. Solche Reisen ins Unbewusste, sind Entdeckungsreisen zu sich selbst durch Raum und Zeit. Sie finden in Goetzingen statt.

Weitere Informationen und Anmeldung: Tel. 48 28 14
mail@beatricedidong.lu oder www.beatricedidong.lu

Zukunft und Liebe Vortrag und Seminar mit Johannes Stüttgen

**Ist in der zukünftigen Gesellschaft
noch Platz für Jung und Alt?**
**Vortrag : am Freitag, dem 17. Februar
2006 um 20 Uhr**

im Centre Convict, Salle Rheinsheim, 5, av. Marie-Thérèse, Luxemburg
Eintritt : 4 Euro

**Die dreigliedrige Gestalt der
sozialen Plastik – eine alternative
Gesellschaftsform**

**Seminar : am Samstag, dem 18.
Februar 2006, von 9.30 bis 12.30h**

im Info-Video-Center, 5, av. Marie-Thérèse,
Luxemburg

Für das Seminar ist eine telefonische Anmeldung erwünscht (Tel. : 4 47 43-340)

Bei der Anmeldung bitte angeben : Kurs 06401.
Kursgebühr : 15 Euro

Zu Beginn des 21. Jahrhunderts stellt sich immer mehr die Frage, wie Menschen in Zukunft miteinander in Harmonie und Frieden in einer immer vernetzteren globalen Welt leben können. Gesellschaftsmodelle, die auf materiellem Konsum, auf Wachstum und Konkurrenz verengt ausgerichtet sind, bieten nicht mehr ausreichende Orientierung, um für die nächsten Jahrzehnte tauglich zu sein. Wir wollen uns einmal ganz besonders mit den Schwierigkeiten zwischen den Generationen, zwischen Alt und Jung, beschäftigen. Im Vortrag geht es um die Bedeutung und das Verständnis von Liebe und Mitmenschlichkeit zwischen den Generationen. Heute sehen wir, dass viele über lange Zeit gegebene Formen in unserer Gesellschaft nicht mehr bestehen oder im Begriff sind sich aufzulösen (Familienstrukturen über zwei Generationen z.B. gibt es immer seltener; in Arbeitsverhältnissen sind ältere Menschen kaum gefragt usw.). Immer deutlicher werden neben den Spannungen und Verwerfungen auf allen Gebieten des Alltags auch die Generationskonflikte spürbar. Hektik, Stress, Unachtsamkeit, Brutalität und Gewalt breiten sich aus. Daraus entwickelt sich die Frage was wir tun können. Wie können wir neue zeitgemäße, tragfähige Gesellschaftsformen für die Zukunft finden, wie können Jung und Alt zusammenarbeiten? Was ist die Rolle jedes einzelnen Menschen bei dieser Neugestaltung? Was ist überhaupt die Stellung des heutigen Menschen in der Welt? Wie kann es möglich werden, dass der einzelne Mensch mitbestimmen, miteingreifen, kreativ mitgestalten kann? Was die Zukunft der Gesellschaft, von uns, ob Jung oder Alt, als selbstbestimmende, verantwortungsbewusste, frei mitgestaltende und den Nächsten liebende Menschen, verlangt, wird uns Johannes Stüttgen mit seinem alternativen Vorschlag zu einer neuen Gesellschaft darstellen.

Johannes Stüttgen, geb. 1945, freier Künstler, Studium bei Joseph Beuys, Gründung der Organisation für Direkte Demokratie durch die Volksabstimmung mit Joseph Beuys, Geschäftsführer der Free International University, seit 1987 Omnibus für Direkte Demokratie in Deutschland, seit 1990 Unternehmen Wirtschaft und Kunst

Veranstalter : Info-Video-Center, MTK a.s.b.l. - Lëtzebuurger Gesellschaft fir Transpersonal Psychologie

Veranstaltungen des MTK

! NEU: Wöchentliche Meditationsgruppen !

(am 1. und 3. Mittwoch und 2. und 4. Dienstag im Monat)

Alle Gruppen finden regelmäßig statt, **außer in den Schulferien**. Jeder Teilnehmer/in trägt durch seine/ihre freiwillige Teilnahme die volle Verantwortung für sich selbst. Er/sie kommt für verursachte Schäden selbst auf und stellt den MTK von allen Haftansprüchen frei. **Kostenbeteiligung pro Abend : 3 €, Mitglieder frei (beim Abend kreatives Malen 8€, Mitglieder 5€).**

I. Wöchentliche offene Gruppen

von 20:00 - 22:00 Uhr

Alle Gruppen ohne Anmeldung sind offen für alle Interessenten. Teilnehmer die zum ersten Mal teilnehmen, sind gebeten sich über Telefon (710629), Email (mtk@mtk.lu) oder web (www.mtk.lu) zu erkundigen, ob die Gruppe nicht ausnahmsweise verlegt werden oder ausfallen musste. Im Prinzip sind Ersatzkoordinatoren vorgesehen und regelmäßige Teilnehmer können im Falle von Terminänderungen kontaktiert werden.

Dienstagabendtreffen in Goetzingen

2,rue de Windhof, bei Stauder – gegenüber der Kirche
Bogentor, Türe rechts, 2. Stock

1. Erster Dienstag im Monat
Gesprächsaustausch über Lebens- und Sinnfragen
(www.mtk.lu/sinnfragen.html)
Koordination: Marie-Rose Fritz
2. Zweiter Dienstag im Monat
Meditation als Übungsweg
Dynamische Entspannung und stille Meditation
(www.mtk.lu/uebungsweg.html)
Koordination: Alfred Groff, Jean-Marie Godar
3. Dritter Dienstag im Monat
Wo komm ich her, wo geh ich hin ?
Tiefenentspannung und geleitete Imagination
(www.mtk.lu/woherwohin.html)
Koordination: Marie.Rose Fritz
4. Vierter Dienstag im Monat
Meditation als Übungsweg
Stille Meditation und Textdiskussion
(www.mtk.lu/uebungsweg.html)
Koordination: Alfred Groff , John Lippert

Mittwochabendtreffen in Esch/A.

374,bd. Charles De Gaulle, Atelier Op Raemerech
am Ende der Autobahn Luxemburg-Esch, Richtung Belvaux

5. Zweiter Mittwoch im Monat
Kreatives Malen
(www.mtk.lu/malen.html)
Koordination: Tilly Wengler-Haan

II. MTK-Gruppen mit Anmeldung

6. Erster und dritter Mittwoch im Monat (20h)
Meditationskreis
Stille Meditation
(www.mtk.lu/uebungsweg.html)
Ettelbruck
Koordination: Gaby Heintz
7. Vierter Mittwoch im Monat (20h)
Bodyenergetics
Meditativ-körperzentrierte Erfahrungen
(www.mtk.lu/bodyenergetics.html)
Goetzingen, 2, rue de Windhof
Koordination: Jean-Marie Godar , Alfred Groff
8. **Arbeitsgruppe „MTK-IDEE“** in Zusammenarbeit mit der Initiative für Demokratie-Erweiterung asbl und der Tauschkrees asbl
Zusammenspiel psycho-spiritueller und gesellschaftlicher Entwicklungen
Themen wie Menschenwürde, soziale Dreigliederung, Demokratie oder Geldfragen. (www.mtk.lu/idee.html, www.mtk.lu/dreigliederung.html)
Koordination: Alfred Groff , John Lippert
9. **Arbeitsgruppe Erkenntnis- und Schulungsweg**
Lesen und besprechen geisteswissenschaftlicher Texte
(Vertiefung des Ansatzes aus Gruppe 4.)
Koordination: Alfred Groff , John Lippert

III. MTK-Supervisionskreis (für Gruppen-Koordinatoren und Seminarleiter)

Koordination: Diane Kayser, Béatrice Didong

K A L E N D E R		
WANN	WAS	WO
JANUAR 2006		
10.01.2006	Bodyenergetics	Goetzingen
11.01.2006	Kreatives Malen	Esch/Alzette
17.01.2006	Woher ? Wohin ?	Goetzingen
18.01.2006	Meditationskreis	Wecker
24.01.2006	Meditation + medit. Austausch	Goetzingen
25.01.2006	Bodyenergetics	Goetzingen
FEBRUAR 2006		
01.02.2006	GENERALVERSAMMLUNG	Bertrange
07.02.2006	Lebens- und Sinnfragen	Goetzingen
08.02.2006	Kreatives Malen	Esch/Alzette
14.02.2006	Meditation als Übungsweg	Goetzingen
15.02.2006	Meditation als Übungsweg	Ettelbrück
21.02.2006	Woher ? Wohin ?	Goetzingen
22.02.2006	Bodyenergetics	Goetzingen
MÄRZ 2006		
07.03.2006	Lebens- und Sinnfragen	Goetzingen
08.03.2006	Kreatives Malen	Esch/Alzette
14.03.2006	Meditation als Übungsweg	Goetzingen
15.03.2006	Meditation als Übungsweg fällt aus	Ettelbruck
21.03.2006	Woher ? Wohin ?	Goetzingen
22.03.2006	Bodyenergetics	Goetzingen
28.03.2006	Meditation als Übungsweg	Goetzingen
APRIL 2006		
04.04.2006	Meditation als Übungsweg	Ettelbruck
05.04.2006	Lebens- und Sinnfragen	Goetzingen
25.04.2006	Meditation als Übungsweg	Goetzingen
26.04.2006	Bodyenergetics	Goetzingen

Impressum:

MTK a.s.b.l.

B.P. 54, L-8005 Bertrange

Redaktion: Marie-Rose Fritz, Alfred Groff

Tél.: 71 06 29 , email : mtk@mtk.lu , web: www.mtk.lu

CCPL: IBAN LU29 1111 1315 0671 0000