

# MTK - INFO

Main Transpersonale Kär a.s.b.l.  
Letzbeuenger Gesellschaft fir Transpersonal Psychologi

**MTK - Herbstwanderung am 8. Oktober Info Tel. 71 08 78**

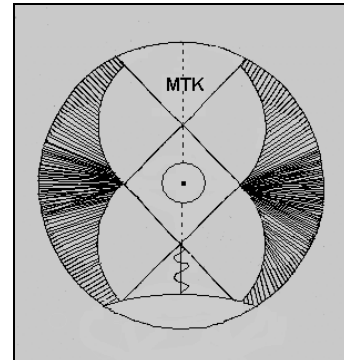
## **Neues aus der Gruppe: Meditation - Textlektüre - Kommunikation**

Ab Herbst wird der Ablauf des Abends leicht verändert und ergänzt:  
([www.mtk.lu/uebungsweg.html](http://www.mtk.lu/uebungsweg.html))

- Einleitung: Kommunikationsübungen nach Athys Floride: Gedankenkontrolle, Initiative und Teilnahme am Gespräch, Gleichmut, Positivität, Unvoreingenommenheit

”Das Gute: Liebe ist immer möglich - das Positive suchen  
Das Wahre: Alles ist gleich wahr - Vorurteillosigkeit  
Das Schöne: Freiheit durch Bewusstsein - Kontrolle”

- Stille Meditation im Sitzen oder Liegen (20 Minuten)
- Lesen eines kurzen Textes
- Austausch über die Bedeutung des Gelesenen für mich und meinen Alltag bzw. des Zusammenhanges zum Zeitgeschehen oder zu meiner persönlichen Lebensgeschichte.
- Wichtigkeit der drei Elemente:  
Denken (Reden und Hören),  
Fühlen (Rechte und Pflichten),  
Tun (Geben und Nehmen):
- Meditativ-Tetraedische Kreativitätsübungen (siehe abgebildetes Mandala)
- Abschluss: meditativer Tagesrückblick



Der Ansatz dieser Gruppe wird vertieft in der Gruppe: Lesen und besprechen spiritueller und geisteswissenschaftlicher Texte von u.a. Rudolf Steiner, Ken Wilber, usw. (Gruppe mit Anmeldung)

### **Neues aus der Arbeitsgruppe “MTK-IDEE”**

Ab Herbst wird sich die Arbeitsgruppe verstärkt der praktischen Umsetzung von Impulsen für die gesellschaftliche Entwicklung (soziale Dreigliederung, Demokratie und Geldfragen) widmen und dies in Zusammenhang mit psychospirituellen Aspekten der sozialen Frage.

### **Neues aus der Gruppe “BIOENERGETICS”**

Ines Kaiser wird ab Herbst 2006 regelmässig die Gruppe “meditativ-körperzentrierte Erfahrungen“ am zweiten Dienstag im Monat mitgestalten. Ihr Erfahrungshintergrund basiert auf dem Ansatz

„Core Energetics“ (mehr im nächsten Info über sie und die geplanten Themenschwerpunkte).

### Seminar mit Johannes Stüttgen

Am Wochenende **12./13. Januar 2007** wird Johannes nun zum dritten Mal und zur Vertiefung des Themas „**DIE „DREI GLIEDRIGE“ ZUKUNFT BEGINNT IN UNS!**“ ein Seminar in Esch (Atelier Op Raemerech) abhalten. Eine dreigliedrige Gesellschaftsordnung wird nur Philosophie bleiben, wenn wir nicht die Idee der Dreigliederung innerlich erleben können. Erst dann können wir gemeinsam zu einer neuen Gestaltung des sozialen Organismus, das heißt des gesellschaftlichen Zusammenlebens, übergehen. Johannes Stüttgen wird uns Anstöße geben, damit wir uns endlich auf den Weg zu machen. Anmeldung über das MTK-Telefon 71 06 29.

### Ken Wilber und sein Bewusstseinsmodell

Es ist nicht das erste Mal, dass wir im MTK, uns mit der Philosophie von Ken beschäftigen und die Frage, in wie fern wir seinen Ansatz vermehrt in unsere Aktivitäten einbeziehen könnten wurde immer wieder gestellt. Nun hat es sich ergeben, dass der Koordinator der Fachgruppe „Integrale Bildung und Entwicklung“ des deutschen Ken Wilber Arbeitskreises seit kurzem hier in Luxemburg an der Uni tätig ist und wir ihn deswegen zu einem Treffen eingeladen haben.

Ken Wilber ist ein sehr produktiver amerikanischer Autor und gehört zu den einflussreichsten philosophischen Denkern der Gegenwart. Seine Anliegen ist es eine Landkarte des Bewusstseins zu schaffen, auf der die Erkenntnisse der unterschiedlichen Weisheitstraditionen und Wissenschaften untergebracht werden können.

Sein Modell, basiert auf einer sehr einfachen Grundlage, nämlich der, dass der Mensch und eigentlich alles, was im Kosmos existiert, vier Grundmerkmale hat. Er hat ein Inneres, das nur für ihn subjektiv wahrnehmbar ist und ein Äußeres, das von außen objektiv messbar ist. Man kann ihn als Einzelwesen sehen, das heißt als Ganzes, gleichzeitig aber auch als Teil von etwas Größerem, respektive als Mitglied der Gesellschaft. Diese zwei Gegensatzpaare setzt er über Kreuz in eine Grafik. Sie sind miteinander verwoben, treten in höchst komplizierte Wechselwirkungen und bedingen einander. Es entsteht eine ganzheitliche Sicht des Menschen. (siehe Grafik)

Hinzu kommt, dass es in den vier Quadranten mehrere Entwicklungsbereiche gibt und der Mensch sich nicht automatisch in jedem Bereich auf einer äquivalenten Ebene befindet. Außerdem gibt es verschiedene Menschentypen (z.B. Männer und Frauen) und verschiedene Bewusstseinszustände zu denen alle Menschen Zugang haben, ganz gleich auf welchem allgemeinen Bewusstseinsentwicklungsstand sie stehen.

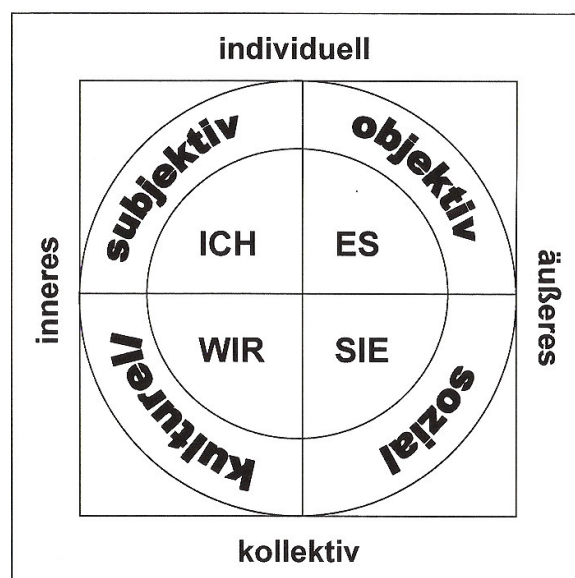
### Seminare mit Béatrice Didong

Im Rahmen des MTK bietet Béatrice Didong am **23.09.06** 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 **25-26.11.06** ein Seminar für **Reinkarnations-Gruppen-Reisen** an. Solche Reisen ins Unbewusste, sind Entdeckungsreisen zu sich selbst durch Raum und Zeit. Beide Seminare finden in Goetzingen statt.

Weitere Informationen und Anmeldung:

Tel. 48 28 14

[mail@beatricedidong.lu](mailto:mail@beatricedidong.lu) oder [www.beatricedidong.lu](http://www.beatricedidong.lu)



AQAL nennt er sein Modell, das fast so komplex zu sein scheint wie der Mensch selbst. Wilber spricht von integraler Entwicklung, wenn der Mensch sich in jedem Quadrant auf einem ähnlichen Entwicklungsniveau befindet und gleichmäßig weiter schreitet und betont die Wichtigkeit für jeden einzelnen, so wie für die Gesellschaft als Ganzes, sich um wirklich jede dieser Facetten zu kümmern. Mit den Forschungen und Arbeiten an seinem „Integral Institute“ möchte er den Menschen und die menschliche Gesellschaft mit ihren Problemen bei diesen Bewusstseinsprozessen unterstützen.

Im Herbst möchten wir Angebote planen, die an verschiedene Berufsgruppen gleichzeitig gerichtet ist, um Selbstreflexion anzuregen und sich gegenseitig darin zu unterstützen die eigene Praxis integraler zu gestalten. Bei Interesse bitte melden. Tel. 71 06 29

Für weitere Informationen über Ken Wilber und die deutsche Arbeitsgruppe siehe:

[www.integralesforum.org](http://www.integralesforum.org)

## Die Evolution des Bewusstseins

### Verschiedene Entwicklungslinien mit ihren Stufen

	Grundstruktur des Geistes	Bedürfnisse	Selbstwahrnehmung	Drehpunkte	Mentalität + Weltbild	Ethik/Moral + Gesellschaft	Pathologie + Abwehrmechanismen	Therapie + Religion
		Inkarnation	undifferenziert	Geburt des Körpers ↓			Perinatale Pathologie	Regressions=therapien
prä-personal	Physisch-sensorisch	Physiologisch Wärme, Nahrung, Schlaf,	Symbiose mit physischem Selbst physiozentrisch	6.-10. Mon. 1 Geburt des physischen Selbst ↓	Überleben	<b>Prä-moralisch</b>  Abhängigkeit Archaisch	Autismus, Psychose, Schizophrenie, S=214  + Projektive Identifikation, Wahrnehmungsstörungen Schatten = der Körper	Physiologisch, Ruhestellung
	Phantasmisch-emotionell Antrieb Und Gefühl	Geborgenheit, Verbundenheit	Symbiose mit emotionalem Selbst, Bewusstsein des phys. Selbst, Manipulationsfähigkeit, biozentrisch	16.-25. Mo. 2 Geburt des emotionalen Selbst ↓	Archaisch  Jäger und Sammler	Erwachen im Dualismus Magische Wünsche  Überlebens-gemeinschaft	Border-Line, Narzissmus, Opfer, Triebtäter, Krieg,  + Spaltung und Verschmelzung Schatten = die Emotionen	Strukturschaffende Techniken  Animistische Magie
	Representationaler Geist Symbole und Begriffe	Sicherheit, Klarheit	Symbiose mit mentalem Selbst, Bewusstsein des getrennten Selbstes, egozentrisch, selbstschützend, impulsiv,	4.-6. Jahr 3 Geburt des mentalen Selbst ↓	Magisch  Gartenbau	Prä-konventionel Strafe Gehorsam  Naiver mythologischer Hedonismus	Psychoneurosen Ökokrise  + Verdrängung Schatten = Ratio	Aufdeckungstechniken  Mythische Religion
Personal	Konop: konkret-operationale Kognition Mentale Regeln gesellschaftliche Rollen	Zugehörigkeit	Gewissenhaft - konformistisch, soziozentrisch, ethnozentrisch,	Rollenselbst 4 Geburt des sozialen Selbst ↓	Mythisch  Ackerbau	Konventionell Zustimmung anderer  Gesetze für Recht und Ordnung	Skript – Pathologie  + Sublimierung	Skriptanalyse Kognitive Therapien  Monotheistisch Gebete und Rituale, Feilschen
	Formop: formal-operationale Kognition Reflexivität	Selbstachtung	Gewissenhaft – individualistisch Reifes Ego Weltzentrisch, global	5 Geburt des psychischen Selbst ↓	Rational  Industrie und Wissenschaft	Post-konventionell Individ. Rechte Individuelle Grundsätze Multikulturalismus	Identitätsneurosen Identitätskrisen  +Intoleranz Elitarismus	Introspektion  Verantwortung übernehmen
	Schau-Logik Netzwerk-Logik Visionär	Selbstverwirklichung Austausch in Gemeinschaft Autentizität	A-perspektivische Freiheit, Relativität, Autonomie, integriertes Ich	6 Geburt des höheren Selbst ↓	Zentaurisch Existentiell  Vernetzung Schöpferische Vernunft	Netzwerk Verantwortlichkeit  Demokratie	Existentielle Pathologie Lähmung von Willen und Urteilskraft + a-perspektivische Verwirrtheit,	Existentielle Therapie  Sinnfindung
transpersonal	Psychisch Bewusste Subjekt-Objekt verschmelzung	Suche nach Sinn Selbst – transzendenz	Naturumschließendes Selbst Außersinnliche Wahrnehmungen	7 Geburt des öko-noetischen Selbst ↓	seelisch  Weltseele weltzentrisch	transpersonal spirituell	Psychische Störung  + Flachland- Reduktionismus	Reife Mystik Natur-Mystik Gaia-Religion
	Subtil	Suche nach unmittelbar erfahrbaren Enthüllungen	Ur - Archetypen	8 Geburt des meditativen Selbst ↓	Kontemplativ  Liebe Hingabe kosmozentrisch	<b>Post-moralisch</b>	Subtile Pathologie  Kosmisches Grauen	Gottheits- Mystik
	Kausal	Eintauchen in die Fülle des Seins	Der Zeuge des Manifesten, das beobachtende Selbst	9 Zugang zur Leere ↓	Freiheit  Losgelöstsein vom Objekt	Diskreter Zustand Abwesenheit von Subjekt und Objekt	Kausale Pathologie  Verlöschen	Reine, formlose Mystik
	A – dual Leerheit	Alles und nichts	All – Eins - Sein		transkosmisch	Es ist		Sein

			A-dualität↓			Leben
--	--	--	-------------	--	--	-------

Aus dem Buch „Eine kurze Geschichte des Kosmos“ von Ken Wilber

## Veranstaltungen des MTK

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](mailto:mtk@mtk.lu)) oder web ([www.mtk.lu](http://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](http://www.mtk.lu/sinnfragen.html))  
Koordination: Marie-Rose Fritz
2. Zweiter Dienstag im Monat  
**Bodyenergetics : meditativ-körperzentrierte Erfahrungen**  
([www.mtk.lu/bodyenergetics.html](http://www.mtk.lu/bodyenergetics.html))  
Koordination: Alfred Groff, Ines Kaiser
3. Dritter Dienstag im Monat  
**Wo komm ich her, wo geh ich hin ?  
Tiefenentspannung und geleitete Imagination**  
([www.mtk.lu/woherwohin.html](http://www.mtk.lu/woherwohin.html))  
Koordination: Marie.Rose Fritz
4. Vierter Dienstag im Monat  
**Meditation – (kurze)Textlektüre - Kommunikation  
sowie u.a. Meditativ-Tetraedische Kreativitätsübungen**  
([www.mtk.lu/uebungsweg.html](http://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](http://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](http://www.mtk.lu/uebungsweg.html))  
Ettelbruck  
Koordination: Gaby Heintz
7. Vierter Mittwoch im Monat (20h)  
**Bodyenergetics : meditativ-tantrische Körpererfahrungen**  
(Vertiefung des Ansatzes aus Gruppe 2)  
([www.mtk.lu/bodyenergetics.html](http://www.mtk.lu/bodyenergetics.html))  
Goetzingen, 2, rue de Windhof  
Koordination: Jean-Marie Godar

8. **Arbeitsgruppe „MTK-IDEE“** in Zusammenarbeit mit der Initiative für Demokratie-Erweiterung asbl ([www.demokratie.lu](http://www.demokratie.lu))  
Impulse für gesellschaftliche Entwicklungen unter Berücksichtigung psycho-spiritueller Aspekte: soziale Dreigliederung, Demokratie und Geldfragen.  
([www.mtk.lu/idee.html](http://www.mtk.lu/idee.html), [www.mtk.lu/dreigliederung.html](http://www.mtk.lu/dreigliederung.html))  
Koordination: Alfred Groff , John Lippert
9. **Arbeitsgruppe „spirituelle + geisteswissenschaftliche Texte“**  
von u.a. **Rudolf Steiner, Ken Wilber, G. Dürckheim, J. Buuys**  
(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
<b>OKTOBER 2006</b>		
03.10.2006	Lebens- und Sinnfragen	Goetzingen
04.10.2006	Stille Meditation	Ettelbruck
10.10.2006	meditativ-körperzentrierte Erfahrungen	Goetzingen
11.10.2006	Kreatives Malen	Esch/Alzette
17.10.2006	Woher ? Wohin ?	Goetzingen
18.10.2006	Stille Meditation	<b>ENTFÄLLT</b>
24.10.2006	Meditation-Text-Kommunikation	Goetzingen
25.10.2006	Bodyenergetics: Meditation + Tantra	Goetzingen
<b>November 2006</b>		
07.11.2006	Lebens- und Sinnfragen	Goetzingen
08.11.2006	Kreatives Malen	Esch/Alzette
14.11.2006	meditativ-körperzentrierte Erfahrungen	Goetzingen
15.11.2006	Stille Meditation	Ettelbruck
21.11.2006	Woher ? Wohin ?	Goetzingen
22.11.2006	Bodyenergetics: Meditation + Tantra	Goetzingen
28.11.2006	Meditation-Text-Kommunikation	Goetzingen
<b>DEZEMBER 2006</b>		
05.12.2006	Lebens- und Sinnfragen	Goetzingen
06.12.2006	Stille Meditation	Ettelbruck
12.12.2006	meditativ-körperzentrierte Erfahrungen	Goetzingen
13.12.2006	Kreatives Malen	Esch/Alzette
19.12.2006	Woher ? Wohin ?	Goetzingen
20.12.2006	Stille Meditation	Ettelbruck
<b>JANUAR 2007</b>		
09.01.2007	meditativ-körperzentrierte Erfahrungen	Goetzingen
10.01.2007	Kreatives Malen	Esch/Alzette
16.01.2007	Woher ? Wohin ?	Goetzingen
17.01.2007	Stille Meditation	Ettelbruck
23.01.2007	Meditation-Text-Kommunikation	Goetzingen
24.01.2007	Bodyenergetics: Meditation + Tantra	Goetzingen

Impressum: MTK a.s.b.l. - B.P. 54, L-8005 Bertrange  
Redaktion: Marie-Rose Fritz, Alfred Groff

MTK a.s.b.l., B.P. 54 – L-8005 Bertrange, Tel.: (00352)-710629, Mailbox: (00352)-091456789,  
email: [mtk@mtk.lu](mailto:mtk@mtk.lu), web: [www.mtk.lu](http://www.mtk.lu)