



Phönix aus der Asche...

Phasen der Transformation  
Bedeutung moderner Initiationsriten

**THE ONE EXPERIENCE**

# HeldenReise

**Manchmal verlieren wir auf unserer Reise durch das Leben  
aus den Augen und dem Herzen,**

**...worum es wirklich geht,**

**...wer wir sind,**

**...wofür wir einstehen,**

**...was wir wirklich-wirklich wollen,**

**...welche Träume im Garten unserer Seele auf uns warteten,**

**...worin unsere eigentliche Kraft und Schönheit liegt.**

Ein trüber Schleier schiebt sich zwischen unsere alltägliche Erfahrung und den tatsächlichen Zauber unserer Existenz. Wir spüren es nicht mehr – das Mark des Lebens. Oder wir haben Angst, dem Ruf zu folgen.

Unser Herz wird durch viele unvollendete Kreisläufe schwer. Unser Verstand verstrickt in Wenn und Abers, überladen mit Konzepten und Meinungen und Zweifeln.

Dann ist es Zeit, innezuhalten, tief durchzuatmen, die alten Hüllen abzustreifen und unser Leben neu zu beginnen.

Es ist der Augenblick gekommen, um wie ein Phönix aus der Asche unseres alten Lebens neu aufzuerstehen.

# Phönix aus der Asche...

Über Transformation & Initiationsriten in der heutigen Zeit.

The One Experience. Eine Vorstellung.



Der **Phönix** (altgriechisch: „Der Wiedergeborene/Der neugeborene Sohn“) ist ein mythischer Vogel, der verbrennt, um aus seiner Asche wieder neu zu erstehen. Diese Vorstellung findet sich heute noch in der Redewendung „Wie ein Phönix aus der Asche“ für etwas, das schon verloren geglaubt war, aber in neuem Glanz wieder erscheint.

Wir präsentieren Ihnen Ausschnitte aus einem Vortrag von Veit Lindau, über Transformationsphasen, die Bedeutung von Initiationsriten und das Intensivretreat The One Experience. Gehalten im November 2010, in Berlin.

## Inhalt

Phasen der Transformation	S.5
Moderne Initiationsriten	S.11
The One Experience	S.19

# Herzlich willkommen!

Heute möchte ich über den vielleicht intensivsten Bereich unserer Arbeit sprechen. Über ein Seminar, welches nicht wirklich ein Seminar ist – sondern ein **Katalysator und Energizer für Transformation** – unser neuntägiges Initiationsretreat **The One Experience**.

Um sein Anliegen zu erläutern, möchte ich zuerst auf die **vier Phasen der Transformation** eines menschlichen Lebens eingehen. Ich möchte auch über **Initiationsriten** sprechen - ein Wort, welches vielleicht zuerst antiquiert klingt – doch für mich eine sehr aktuelle und enorm wichtige Bedeutung innehat. Ich werde erläutern, was ein Initiationsritus ist und warum wir ihn heute mehr denn je brauchen.

## Warum ich dich duze.

Ich bitte dich um Verständnis, wenn ich dich gleich von Beginn an duze, selbst wenn wir uns noch nicht kennen. Ich bin nicht daran interessiert, eine akademische, gut klingende Abhandlung über Transformation zu halten, sondern ich möchte dich dort abholen, wo dieses Thema eine echte Relevanz für dich hat. Ich wünsche mir, dir auf einer tieferen Ebene zu begegnen - jenseits unserer antrainierten Konventionen. An einem inneren Ort, an dem uns alle dieselben essentiellen Fragen und Herausforderungen beschäftigen.



# Phasen der Transformation

Oberflächlich betrachtet, befinden sich all die Menschen hier im Saal auf sehr verschiedenen Pfaden des Lebens. Wir gehören verschiedenen Generationen an. Ich sehe Kinder, Jugendliche, erwachsene Männer und Frauen und Menschen, die in alten Stammeskulturen respektvoll als die Älteren bezeichnet worden wären. Wir leben verschiedene Geschichten. Wir kommen von anderen Orten und haben andere Ziele.

**Doch, und das mag zuerst kitschig klingen, sind wir alle Helden und Heldinnen. Jeder von uns befindet sich auf einer stinknormalen und gleichzeitig magischen, weltlichen und inneren Heldenreise.**

Ist es nicht so, dass wir alle unsere täglichen Herausforderungen, Prüfungen und Abenteuer zu bestehen haben? Für die Zeit dieses Vortrags lass uns alle trennenden Unterschiede beiseite legen und uns alle als Helden anerkennen und feiern – Helden auf der Reise unseres Lebens. In einer gewissen Weise ist es mir egal, woran du glaubst, woher du kommst und wohin du gehst. Ich weiß nur eins. Ich vertraue dem Leben und ich vertraue dem Leben in dir. Hier im Raum sehe ich viele mutige, neugierige Wesen sitzen, die eine würdevolle Antwort auf die wichtigsten Fragen ihres Lebens finden wollen und müssen. Egal wie verschieden unsere Leben verlaufen - wir alle werden von denselben Fragen gerufen und geführt. Da wäre die Frage aller Fragen:

## *Wer bin ich?*

Und ihre Geschwisterfragen:

*Was ist der Sinn meines Lebens?*

*Wie verbinde ich weltlichen Erfolg mit innerer Erfüllung?*

*Wo, auf meiner Reise befinde ich mich?*

*Woher komme ich und wohin gehe ich?*

*Was will ich wirklich?*

*Wie gestalte ich meine Beziehungen nah und frei zugleich?*

*Wie halte ich bei allen Herausforderungen des Alltags meine Würde aufrecht?*

Kommen dir einige dieser Fragen vertraut vor?

## Für mich sind alle Menschen Helden.

Denn ein menschliches Leben fordert immer heraus. Es entspricht nicht immer unseren Träumen. Es konfrontiert uns mit Paradoxien, mit moralischen Dilemmata, mit Verlust, mit Angst, Schmerz, Krankheit und Tod.

Manches, was ich jetzt sage, mag provokativ klingen, weil es nicht mit oberflächlicher Wellness- und Wohlfühlmentalität konform geht. Ich möchte heute über jene Phasen deines Lebens sprechen, in denen plötzlich alles, was du je gelesen und gehört hast, nicht mehr greift, keinen Sinn mehr ergibt, nur noch wie blanker Hohn klingt.



Jene Zeiten, in denen du krampfhaft versuchst, dir alles positiv zu denken, deine angelernten Tricks anzuwenden und nichts funktioniert. Jene Tage, an denen du aufstehst und feststellst, dass die Antwort, die dich gestern noch zufrieden gestimmt hat, heute nur noch ein hohles Konzept für dich darstellt. Jene Warteräume des Lebens, für die wir die sicheren Gleise verlassen mussten und nun sehnsüchtig auf den Aufruf des eigentlichen Zuges warten. Jene schicksalshaften Momente, in denen du einem starken, inneren Ruf folgen musst, selbst wenn du dafür alle gewonnene Sicherheit auf's Spiel setzt.

*Weiß die Raupe, bevor sie sich in den Kokon einspinnt,  
dass sie als Schmetterling wiedergeboren wird?*

*Weiß das Küken,  
dass das Brechen der Schale keine Bedrohung darstellt?*

*Was wäre, wenn das Küken und die Raupe fähig wären,  
sich Sorgen um ihre Zukunft zu machen?*

Die Transformation eines menschlichen Lebens verläuft nur scheinbar chaotisch. Tatsächlich entfaltet es sich in Zyklen, aneinander gereiht in einer Spirale der Evolution. Innerhalb dieser Spirale wiederholen sich immer wieder dieselben vier Phasen der Transformation. (Dieses Modell geht auf Don Beck zurück. Siehe „Spiraldynamics“.)

## Alpha

Da wäre zuerst die Alpha-Phase. Jene Abschnitte des Lebens – und vielleicht bist du gerade mitten drin – in denen du denkst und fühlst: „Ich hab’ es! Endlich verstehe ich alles. Ich weiß, wo es langgeht. Ich habe meine Werte geordnet, ich habe endlich meine passende Landkarte des Lebens gefunden.“

Ja, die Alpha-Phase fühlt sich sicher und klar und stabil an und... sie hat einen großen Haken: Sie geht definitiv wieder vorbei! Bereits Buddha sagte: **„Die einzige Konstante im Leben ist der Wandel.“**

Falls du dich gerade in einer Alpha-Phase befindest, genieße sie. Nimm deine Finger aus dem Getriebe, störe so wenig wie möglich den harmonischen Lauf der Dinge. Ruhe dich aus. Stärke dich. Der Rest dieses Vortrags ist im Augenblick relativ uninteressant für dich. Doch bewahre ihn auf, denn in einigen Wochen oder Monaten wirst du dich vielleicht an ihn erinnern und denken: „Aha – so fühlt es sich also, wenn sich die Alpha-Phase dem Ende entgegen neigt.“

## Beta



Wenn die Alpha-Phase zu Ende geht, beginnt die Beta-Phase. Diese Phase ist unangenehm, denn das alte Leben passt nicht mehr, doch das neue ist noch nicht in Sicht. Gibt es jemand hier im Raum, der weiß wovon ich spreche? In Beta haben wir oft das Gefühl, vor einer unsichtbaren Wand zu stehen und die Tür nicht zu finden.

Jede dieser Phasen können wir übrigens für uns allein erleben, aber auch in unseren Beziehungen, in beruflichen Teams oder sogar in ganzen Gesellschaften. Du hast vielleicht mit deinem Partner gerade einen halbwegs ruhigen Hafen erreicht und denkst: „Ah – die ganzen Workshops haben sich ausgezahlt, es funktioniert super gut, so machen wir jetzt weiter bis zum Rest des Lebens, ja? Kinder kriegen, Haus bauen, dann die Enkel...“

Und dann kommt jener Moment, in denen deine Sandburg wieder erschüttert wird. Vielleicht betrügt dich dein Ehemann, vielleicht verlierst du einen geliebten Menschen oder ihr realisiert, dass ihr euch auseinander gelebt habt.

## **B**eta bedeutet: Der gesicherte Hafen wird zu eng.

Du spürst den Wandel nahen, doch du weißt nicht, wohin er dich führen wird. Wir hadern mit der Beta-Phase, denn wir lieben das ruhige und stabile Alpha. Nur allzu gern wollen wir hier verweilen. Deswegen versuchen wir, die Anzeichen der anstehenden Veränderung zu ignorieren.

Die Beta-Phase ist durch unsere Versuche gekennzeichnet, uns abzulenken, uns zu betäuben, es nicht wahrhaben zu wollen. Wir spüren eine innere Unruhe, einen unbestimmten Frust, doch wir können nicht wirklich erklären, was los ist. Manchmal erzählen mir meine Business-Klienten: „Herr Lindau, ich verstehe es selbst nicht. Eigentlich läuft mein Geschäft super. Ich bin erfolgreich und doch fehlt irgendwas Entscheidendes.“

Die Beta-Phase kann sich in unserer Gesellschaft zum Teil über Jahrzehnte hinziehen. Wir fürchten Unsicherheit und Ungewissheit. Wir misstrauen dem Leben. Wir haben Angst, die Kontrolle zu verlieren und ins Chaos zu stürzen. Die Alpha-Phase hat uns in die trügerische Sicherheit eines äußeren Zuhauses eingelullt. Wir möchten nicht, dass die Reise weitergeht, also verschleppt sich die Beta-Phase oft. Doch irgendwann kommt unweigerlich der Moment, da klopft das Leben an deine Tür und sagt: „Es reicht. Du hast lange genug gewartet und dich festgekrallt.“

**Es ist Zeit, deine Finger zu lösen, selbst wenn du erst einmal das Gefühl hast, in einen tiefen Abgrund zu stürzen.**





## Gamma

In die Gamma-Phase fallen wir oft unfreiwillig, eingeleitet durch Krisen. Egal wie lange sich Beta hingezogen hat, wenn das Leben will, dass du weitergehst, wird es dich dazu bringen. Dein Partner verlässt dich. Du wirst plötzlich schwer krank. Du wirst in jenem Job gefeuert, indem du zwar seit Jahrzehnten unglücklich warst, doch eigentlich bis zur Rente durchhalten wolltest.

Gamma ist gekennzeichnet von Chaos, von äußeren und inneren Wirbelstürmen, von starken Emotionen. Du befindest dich nun mitten im Orkan. Vor kurzem durchlief unsere globale Wirtschaft diese Phase. Alles schien den Bach runter zu gehen. Alle waren sich klar darüber, dass unser Wirtschaftssystem am Abgrund steht.

## Delta

Oft folgt nach einer Gamma-Phase ein Delta-Aufschwung. Das fühlt sich an wie: „Endlich bin ich raus! Jetzt hab ich es geschafft. Ist noch mal gut gegangen.“ In Delta fühlen wir oft eine überschäumende Euphorie. Wie wir Deutschen aktuell: „Endlich haben wir wieder Wirtschaftswachstum! Wir haben die Wende geschafft!“ Aber... der Delta-Aufschwung verpufft leider oft genauso schnell, wie er gekommen ist. Und wir fallen noch einmal, oft viel tiefer, in das Chaos von Gamma. Wir waren nämlich noch nicht wirklich durch.

Es gibt jenen alten, klassischen Spruch: „Für eine wirkliche Wende musst du erst wirklich am Boden angekommen sein.“ Wenn du zum Beispiel in den Strudel eines wilden Gewässers gerätst, ist das schlimmste, was du tun kannst, gegen den Strudel zu kämpfen.

Das Geheimnis in Gamma liegt darin, die Ohren und den Bauch möglichst weich zu halten, möglichst wenig Dummheiten anzustellen, dich gut zu ernähren, tief durchzuatmen und darauf zu warten, dass dich der Strudel wieder ausspuckt. Was kommt, wenn Gamma voll durchlebt ist?

**Die nächste Alpha-Phase!**

## Von neuem...

Woran erkennst du sie? Du stehst eines Morgens auf und bemerkst: „Ich sehe wieder durch! Ich versteh's wieder. Ich weiß wieder, wer ich bin, wo's lang geht, um was es geht.“ Das Tolle daran, deswegen auch das Bild der sich aufwärts erweiternden Spirale – du erwachst auf der nächsten Alphastufe mit einem erweiterten Bewusstsein. Du verstehst tiefer und komplexer. Du kannst mehr integrieren. Das, womit du dich gestern noch identifiziert und deshalb gelitten hast, „hat“ dich heute nicht mehr im Griff. Du kannst es aus einem gelassenen Zeugen-Gewahrsein beobachten. Was passiert nun? Du genießt Alpha, bis, ja ...bis die nächste Beta Phase kommt. That's Life!

Das ist es also, was uns die Mystiker seit tausenden von Jahren versuchen zu vermitteln. Buddhas Kernbotschaft lässt sich im Grunde genommen in zwei Sätzen zusammenfassen: **„He, Leute, alles, was kommt, geht auch wieder. Also gewöhnt euch nicht daran, sonst werdet ihr leiden.“**

Eigentlich geht es heute Abend nicht um diese Phasen der Transformation. Doch ich nutze sie gern, um dich für folgende Tiefenerfahrung zu sensibilisieren:



**Wir sind keine starre Form.**

**Wir sind nicht das feste Ufer.**

**Wir sind der Fluss.**

**Wir sind flexibles, sich permanent weiter entwickelndes Bewusstsein,  
welches immer und immer wieder  
in diese Phasen eintauchen wird,  
um sich selbst zu erkennen und zu entfalten.**

Es ist eine trügerische und schmerzhaft Illusion, anzunehmen, in einem menschlichen Leben könnte je der Punkt des ewigen Stillstandes erreicht werden. Du bist nicht dafür geschaffen worden, dich auf dem Sofa der Evolution auszuruhen. In dem Augenblick, in dem du das versuchst, hast du schon unbewusst nach der nächsten Beta-Phase gerufen.

# Initiationsriten

Um die Bedeutung von Initiationsriten zu erläutern, möchte ich noch einmal auf die **Umbruch-Phasen des Lebens** eingehen – Beta und Gamma.

Unsere Vorfahren in Stammeskulturen standen in enger Verbindung mit den Rhythmen des Lebens. Ihnen war es selbstverständlich, dass auch ein menschliches Leben Neu- und Vollmond, Ebbe und Flut, Sturm und Flaute durchlaufen muss. Sie begegneten den Zyklen der Entwicklung instinktiv mit mehr Respekt. Heute – in einer stark linear-rational-logisch durchdachten Welt – verfallen wir gern der Illusion, alle störenden Schwankungen weg kontrollieren zu können.

Die wache, praktische Antwort der Alten waren ihre **Initiationsriten**. In traditionellen Kulturen wurde Übergängen, wie der Geburt, Pubertät, der ersten Menstruation, der Midlife-Crisis, usw., sorgfältige Anerkennung entgegen gebracht. Diese Abschnitte korrespondieren mit wichtigen psychologischen und spirituellen Entwicklungsstufen. Um diese Übergänge zu meistern und zu vollenden gab es kraftvolle Initiationsriten, geleitet von den weisesten Frauen und Männern der Gemeinschaft. Diese Riten verliefen meist in drei Phasen:

*Trennung vom Alten – Neuorientierung – Integration auf neuer Stufe*

Für jeden Abschnitt gab es angemessene Rituale, Herausforderungen und Lehrmeister.

## Initiationsriten haben drei Funktionen.

1. Initiationsriten bieten einen **geschützten Rahmen** für die Beta- und Gamma-Phasen des Lebens.
2. Initiationsriten **wirken initiiierend** – gewissermaßen die Geburtswehen einleitend. Sie leiten eine anstehende Transformation ein – so dass wir nicht erst auf eine Krise, eine Krankheit, einen Verlust warten müssen.
3. Initiationsriten erzeugen **existentiellen Druck**. Manchmal brauchen wir diese Kraft, um mit allem, was wir sind, in der Gegenwart anzukommen und uns selbst zu zeigen, was wirklich in uns steckt.

## Und hier ist das Problem: In unserem modernen, westlichen Alltag fehlen alle drei Faktoren.

1. Wir verfügen über fast gar keine geschützten Transformationsräume, in denen Menschen in einem würdevollen Kontext an ihre Grenzen und darüber hinausgehen können.
2. In der Routine unseres Alltags fehlt es oft an bewussten, energetisch starken Katalysatoren.
3. Unser Wohlstand erzeugt die Illusion von Sicherheit und Kontrolle. Dies fühlt sich vielleicht beruhigend an, doch kann es uns auch hindern, unsere wahre Kraft zu entfalten und kennen zu lernen. Die Illusion von Sicherheit und Kontrolle macht bequem. Sie schläfert unsere Fähigkeit des wachen Staunens ein. Wir schalten auf einen kreativen Stand-By-Modus. Wir agieren im Außen vielleicht viel und hektisch, doch wir erobern kein geistiges und seelisches Neuland mehr.



## Sich existentiell einlassen

### Wir haben für alles Regeln, Konzepte und Abläufe.

Sie sind wichtig, um unsere globale Gemeinschaft funktionieren zu lassen. Doch für den Einzelnen erschweren sie oft die Umbruchphasen des Lebens. Um wirklich all deine Kräfte mobilisieren zu müssen, wirst du in einer klassischen Initiation auf eine überraschende Weise aus deinem bekannten Kontext gerissen.

*Stell dir vor: Du weißt nicht, was dich erwartet.*

Die alten Schamanen waren Meister der Inszenierung. Sie erschufen existentielle Erfahrungsräume, in denen es für die Adepten um Leben und Tod ging. Heute

hingegen haben wir einen Supermarkt an netten Wohlfühl-Workshops und kultivieren eine Flachlandspiritualität, die unsere Komfortzone nicht wesentlich genug erschüttert. Es ist ein existentielles Dilemma: **Wir sehnen uns nach Veränderung, doch gleichzeitig wollen wir bleiben, wie wir sind.**

*Der Kontext einer Initiation ist es, dich an einen Punkt zu bringen, an dem dein altes Ich sterben muss, damit du neu geboren wirst.*

Wenn wir weder Raum noch Zeit für Übergangsphasen schaffen, verlieren wir den Kontakt zur schöpferischen Weisheit des Chaos. Wir beginnen, uns vor Veränderung, und so vor dem Abenteuer des Lebens zu fürchten. Wer Angst vor Kontrollverlust entwickelt, kann nicht mehr loslassen. Wer nicht mehr loslassen kann, steht seiner eigenen Entwicklung im Weg.

### **Einige konkrete Fallbeispiele aus unserer Coaching-Praxis**

Stell dir zum Beispiel eine allein erziehende Mutter mit zwei Kindern vor. Was soll sie tun, wenn sie selbst in eine Beta oder Gamma-Phase kommt? Wo in unserer Gesellschaft gibt es geschützte Räume, die es ihr ermöglichen, in ihr eigenes Chaos einzutauchen und neu geboren zu werden?

Stell dir vor, du bist ein Banker, 50 Jahre alt, beruflich sehr erfolgreich und ausgelastet. Du beobachtest, was mit der globalen Wirtschaft geschieht. Du stellst deine alten Werte in Frage. Eigentlich bist du reif für eine tiefe, existentielle Sinnkrise. Doch du bist fest in ein schnell rasendes Uhrwerk eingebunden. Du hast Angst, die wesentlichen Fragen zu stellen, weil vielleicht alles zusammenbricht, wofür du so hart gearbeitet hast. Wo haben wir für dich die Möglichkeit etabliert, geschützt und in Ruhe abtauchen zu können, um dich neu zu finden?

Eine der offensichtlichsten Übergangsphasen ist die Pubertät. Ein Grund, warum wir unsere Kinder an Ritalin und Computerspiele verlieren, ist das Fehlen starker, gesunder Initiationsriten. Spätestens, wenn unsere Kinder in die Schule kommen, trainieren wir sie in Kontrolle, Funktionieren, Wissen. Verstehe mich nicht falsch. Ich achte stabilisierende Prinzipien wie Disziplin, Klarheit und Verantwortung sehr. Doch unsere Kinder brauchen Initiationen, in denen sie ihre Wildheit und

Tiefe entdecken können. Räume, in denen es keine Tabus gibt. In denen jede Frage gestellt und jede Emotion erfahren werden darf.

Zu mir kommen 50jährige Männer ins Training, die sich selbst nicht wirklich wie Männer fühlen, weil sie, salopp gesagt, ihre Eier immer noch bei Mutti haben. Vielleicht hältst du mich für altmodisch: In unseren Familien fehlt es an echten Männern, die bereit sind, traditionelle, männliche Prinzipien auf eine neue, starke Weise zu leben. Zu wenige Männer wurden zu wirklichen Männern initiiert. Ein Teil von ihnen ist immer noch 10 Jahre alt und buhlt um die Aufmerksamkeit von Vater und Mutter. Das gleiche gilt für Frauen. Zu viele Frauen verhalten sich ihren Partnern gegenüber wie kleine Mädchen.

*Es ist Zeit, aufzuwachen und bewusste Selbstverantwortung für den eigenen, evolutionären Prozess zu übernehmen.*



Hier noch einige Beispiele für Lebensphasen, in denen wir initiatorische Räume gut gebrauchen könnten:

- Heiraten.
- Eine Familie gründen.
- Die sogenannte Midlife Crisis.
- Wenn unsere Kinder wieder aus dem Haus gehen.
- In deinem Business endlich zu Erfolg durchstarten.
- Was kommt, wenn du genug Erfolg hattest?
- In die Rente gehen.
- Der Verlust eines geliebten Menschen.
- Eine schwere Krankheit überwinden.
- Spirituelle Identitäts- und Sinnkrisen.

## Der evolutionäre Druck nimmt zu

Ich bin kein Prophet, doch ich schließe mich einem Hopi-Zitat an, dass ich in diesem Zusammenhang gern zitiere:

*„Da ist ein Fluss, der jetzt sehr schnell fließt.  
Er ist so mächtig und reißend, dass einige von uns Angst haben werden.  
Sie werden versuchen, sich am Ufer festzuhalten.  
Sie werden sich fühlen, als würden sie auseinander gerissen und sehr leiden.*

*Wisse, dass der Fluss seine Bestimmung hat.  
Die Ältesten sagen, wir müssen jetzt das Ufer loslassen,  
uns in die Mitte des Flusses vorstoßen, unsere Augen offen und den Kopf über Wasser  
halten.*

*Und sie sagen: Sieh, wer dort mit dir ist und feiere.  
Zu diesem Zeitpunkt der Geschichte sollten wir nichts persönlich nehmen,  
am wenigsten uns selbst. Denn in dem Moment, wo wir es tun,  
kommen unser spirituelles Wachstum und unsere Reise zum Stillstand.*

*Alles, was wir jetzt tun, muss in heiliger Weise und als Feier unternommen werden.  
Wir sind diejenigen, auf die wir gewartet haben!“*

Offensichtlich ist ein Mensch der heutigen Zeit häufiger mit Umbruchphasen konfrontiert, als ein Bauer vor 200 Jahren. Globalisierung, technischer Fortschritt, Beschleunigung, Informationsflut und Vernetzung fordern uns heraus, intelligenter und bewusster Verantwortung für unseren eigenen Entwicklungsprozess zu übernehmen.

Wir brauchen **integral konzipierte Schutzräume** für jene Phasen unseres Lebens, in denen wir die alten Antworten loslassen müssen, um den neuen Fragen folgen zu können.

Ich weiß nicht, wo du gerade in deinem Leben stehst. Ich habe die große Ehre und Freude, in meiner Arbeit viele Menschen sehr ehrlich, ohne antrainierte Fassaden, erleben zu können. Viele meiner Klienten erfahren hin und wieder starken existentiellen Druck. Sie ahnen, dass sie sich einige wesentliche Frage stellen müssten. Gleichzeitig wissen sie nicht, wie sie das praktisch bewerkstelligen sollen. Wenn

du als allein erziehende Mutter lebst und dir nicht einmal einen Tag Fieber erlauben kannst, weil dann niemand für dein Kind sorgt, dann nutzen dir keine schlaunen Tipps aus Ratgebern. Viele meiner Klienten machen sich zusätzlich zu ihrer Krise starke Vorwürfe. Wir müssen begreifen, dass es keine Schande oder ein Fehler ist, nicht weiter zu wissen.

*Krisen und Sackgassen gehören zu einem menschlichen Leben dazu.  
Doch wir können diese Passagen unnötig erschweren und verlängern,  
wenn wir ihnen mit mangelndem Respekt begegnen.*

## **W**ann hattest Du das letzte Mal eine richtige Auszeit?

Ich meine nicht deinen letzten Urlaub auf Mallorca, sondern eine bewusste Auszeit für dein ganzes Wesen. Eine Zeit, in der du bereit warst, deine bekannte Welt loszulassen, um dich neu zu entdecken? Denn das ist der Sinn einer Initiation: **In deinem alten Ich zu sterben, um neu geboren zu werden.**

Das schönste und passendste Bild für Transformation ist für mich die wundersame Verwandlung einer Raupe in einen Schmetterling. Stell dir einmal vor, die Raupe wäre in der Lage, darüber nachzudenken, was gerade mit ihr geschieht. Würde sie vielleicht nackte Panik verspüren, wenn sie spürt, dass ihre Zeit gekommen ist?



Und geht es dir nicht genauso – in jenen Umbruchphasen?

Wenn der Zeitpunkt gekommen ist, dein altes, zu enges Ich sterben zu lassen, helfen dir keine Bücher mehr. Jede wirkliche Transformation bringt dich an einen Punkt der absoluten Hingabe an dein Nichtwissen. Eine Initiation erleichtert das



Fallen in eine tiefere Dimension deines Wesens.

## Seelensex

Ich würde die Gelegenheit gern nutzen, um einen Begriff näher zu erklären, der im Life Trust häufiger fällt und manchmal missverstanden wird: Seelensex. Manche Menschen denken dann, wir reden vom Sex. Seelensex kann auch beim Sex stattfinden und doch geht es weit, weit darüber hinaus.

*Seelensex bedeutet, der oder die Geliebte deiner eigenen Seele zu sein  
und dich ihrer unendlichen Weite hinzugeben.*

*Seelensex heißt, immer wieder bereit zu sein,  
deine Konzepte und Landkarten über das Leben loszulassen und dich stattdessen vom  
Leben selbst – nackt und unmittelbar – berühren und nehmen zu lassen.*

Denn die Gefahr eines jeden Konzepts, egal wie schlüssig es klingt (und besonders spirituelle oder psychologische Konzepte klingen oft sehr schlüssig – ich spreche aus Erfahrung) ist, dass sie sich wie ein Ganzkörperkondom zwischen dich und das Leben legen.

### **I**nitiationsriten befreien dich aus diesem starren Ganzkörperkondom.

Sie bringen dich wieder mit der ursprünglichen Schönheit deines Lebens in Kontakt. Dafür rufen sie dich aus deinem normalen Umfeld heraus und bringen dich in Situationen, die du mit dem, was du weißt, nicht mehr kontrollieren kannst. Was für den inneren Kontrolleur beängstigend klingt, ist für die Seele ein Befreiungsschlag. Denn wenn wir nicht mehr die Möglichkeit haben, auf vorgefertigte und wiedergekäute Lösungen zurückzugreifen, offenbart sich die Magie deines Lebens spontan und viel farbenprächtiger, als es deine festen Vorstellungen je fassen könnten.

Ich würde dies gern an einer einfachen Geschichte erläutern, die meinem Freund in einem amerikanischen Nationalpark passiert ist. Mein Freund ist körperlich zart gebaut und war dort alleine wandern, mit einem riesigen Rucksack auf dem Rücken. Plötzlich, er hatte etwas vor sich hingeträumt, richtete sich mitten auf seinem Weg eine Klapperschlange vor ihm auf. Ohne zu überlegen, sprang mein Freund aus dem Stand, mit einem 20 Kilo-Rucksack auf dem Rücken, 6 Meter über diese Klapperschlange hinweg. Er ist später noch einmal an diesen Ort zurückgekehrt und hat es extra nachgemessen, weil er sich selbst nicht glauben konnte.

Wenn uns das Leben überrascht, haben wir keine Zeit, auf begrenzte Rollenspiele zurückzugreifen, sondern handeln aus unserem ursprünglichen Zentrum heraus.

*Das mächtigste Gefängnis ist unser eigener Geist  
und seine von uns akzeptierten Vorgaben über „Möglich“ und „Unmöglich“.  
Initiationsriten befreien den Geist.  
Sie überraschen dich und lassen dich vergessen,  
was du glaubst zu können und zu wissen.*



So hast du die Möglichkeit, aus deiner wahren Quelle der Kraft zu schöpfen und dir selbst zu demonstrieren, dass du zu wesentlich mehr fähig bist, als du dachtest.

## Zusammenfassung

1. Initiationen helfen, die Umbruchphasen deines Lebens bewusster zu erfahren und tiefer zu verstehen.
2. Sie schaffen einen Schutzraum.
3. Sie initiieren die Umwandlung wie ein guter Katalysator.
4. Sie erzeugen ausreichend existenziellen Druck, um dich wirklich in deine Kraft zu bringen.

Ich habe so ausführlich über die Transformationsphasen und die Bedeutung von Initiationen gesprochen, weil ich dir gern unsere Antwort auf diese existentiellen Fragen vorstellen möchte: **The One Experience.**

# The One Experience

## Eine integrale Initiation für unsere Zeit

**The One Experience - die Eine Erfahrung** - ist eine neuntägige Initiation, die ich selbst vor mittlerweile 16 Jahren durchlaufen habe und in deren Leitung ich später von Frank Natale, einem der Begründer, trainiert wurde. Diese Initiation wurde mittlerweile von vielen tausend Menschen in dutzenden Ländern der Erde durchgeführt.

Wenn ich über The One Experience spreche, stehe ich vor einer großen Herausforderung. Ich weiß, dass die meisten Menschen gern vor einer Reise so viel wie möglich über diese Reise wissen möchten. Und doch wird dir nun, nach meinen Ausführungen über Initiationen klar sein, warum ich dir keine konkreten Details über diese neun Tage verraten kann. Also, lass uns schauen, was ich dir enthüllen kann...

*Wenn Du nicht glauben würdest, dass Du dieses und jenes nicht könntest;  
wenn Du nicht wüsstest, was ein Fehler ist;  
wenn das Pochen der Sehnsucht in der Mitte Deiner Brust so laut wäre,  
das Du es nicht mehr überhören könntest –*

*was würdest Du sofort in Deinem Leben verändern?*

*Was würdest Du endlich hinter Dir lassen?*

*Welchem Ruf würdest Du konsequent folgen?*

*Wer würdest Du sein? Was würdest Du tun? Wie würdest Du leben?*

*The One Experience.*

*Erwarte nichts. Sei auf alles vorbereitet.*

*Life Trust*

The One ist viel mehr als ein Seminar. Es ist eine Reise mitten ins Leben. Eine moderne, neuntägige Initiation zur Aktivierung und Entfaltung Deines Lebenspotenzials.

*„Von der Angst ins Vertrauen. Zulassen, einlassen und ankommen – in mir, im Leben, im Jetzt. Es ist einfach großartig, in diesem prallen Raum meines Lebens sein zu dürfen. Dieses Seminar ist ein großes Geschenk und eine Riesenchance.“*



## Das integral konzipierte Seminar

D konfrontiert dich auf überraschende Weise mit den wesentlichen Themen des Lebens und verbindet dich mit der inneren Quelle von Kraft. Es wirkt durch ein sorgfältig abgestimmtes Repertoire an Methoden der Humanistischen und Transpersonalen Psychologie, sowie spiritueller Traditionen. Es schenkt Klarheit und Kraft für einen Neubeginn in jeder Altersphase.

Dem Retreat sagen viele Teilnehmer nach, es hätte wie ein Sturmwind die alten Gleise erschüttert. Das Leben wird in einer lang vergessenen Intensität erfahren. Eine besondere Zeit der Transformation und Neuorientierung in einem geschützten und konzentrierten Raum.

## Die verblüffende Wirkung der Initiation

D beruht auf einem sorgfältig durchdachten Ablauf überraschender Herausforderungen. So hast du die Gelegenheit, die essentiellen Fragen deines Lebens spontan und wach, auf einer sehr wahrhaftigen Ebene zu erforschen: Angst & Liebe, Geburt & Tod, Integrität, Geld, Sexualität, Kreativität, Lebenssinn & Spiritualität.

## Anliegen

*Können neun Tage ein Leben tiefgreifend verändern?  
Wir dürfen es in jedem ONE und danach erneut erleben... Ja!*

*Manchmal verlieren wir auf unserer Reise durch das Leben aus den Augen,  
worum es wirklich geht.*

*Wer wir sind.*

*Wofür wir einstehen.*

*Was wir wirklich-wirklich wollen.*

*Welche Träume wir leben wollten.*

*Worin unsere eigentliche Kraft und Schönheit liegt.*

Ein trüber Schleier legt sich zwischen uns und die Magie des Lebens. Wir spüren es nicht mehr – das Mark des Lebens. Oder wir haben Angst, dem Ruf zu folgen. Unser Herz wird durch viele unvollendete Kreisläufe ganz schwer. Unser Verstand verstrickt in Wenn und Abers, überladen mit Konzepten und Meinungen und Zweifeln.

The One Experience ist ein geschützter Raum, um deine Position auf der Reise des Lebens neu zu bestimmen und die Quelle deiner Lebenskraft neu zu entdecken.

Dabei wird dir dieses Seminar nichts geben. Es lädt ein, alte Gefühle, Standpunkte und Glaubenssätze loszulassen, die dich daran hindern, der oder die zu sein, die du sein willst.



*„Ich habe meine eigene Stärke neu entdeckt. Im Herzen trage ich alle Antworten.  
Diese neun Tage sind eine Geburt. Mein Leben lag wie ein offenes Buch vor mir und  
das nach nur wenig mehr als vierundzwanzig Stunden.“*

*Life Trust*

## Was bedeutet ein wahrhaft gut gelebtes Leben?

Für jeden von uns mag die Antwort auf diese Frage verschieden ausfallen – doch letztendlich geht es darum, eine für dich wirklich erfüllende Antwort auf die wesentlichen Fragen zu finden und... **diese Antworten zu leben!**

Es war ein langer Weg zu dem, wer wir heute glauben zu sein. Ein Weg, auf dem viele von uns vergessen haben, was und wer sie wirklich sind. Unser modernes Leben ist zu sehr darauf ausgerichtet, zu funktionieren, zu wissen, zu kontrollieren. Wie schnell verrinnt ein Jahr im geschäftigen Fluss der Alltagsroutine? Wie schnell ist ein Jahrzehnt vorüber, ohne wirklich gelebt zu haben?

Viele Menschen kennen die Erfahrung, sich im Laufe des Älterwerdens mehr und mehr den „Gegebenheiten“ anzupassen. Wir verlernen, an uns zu glauben und unserer inneren Stimme zu folgen. Als Ersatz für ursprüngliche, staunende Lebendigkeit bauen wir eine mehr oder weniger starre Persönlichkeit auf, um uns zu beschützen und gut „durchzubringen“. Diese Persona (= Maske) wird zu einem Filter, der unsere Wahrnehmung der Realität und unserer Möglichkeiten stark einengen kann. In ihren Grenzen zu agieren, erfüllt uns nicht wirklich. Es macht uns müde und lässt die Frage in uns stark werden:

*„Soll das wirklich alles gewesen sein?“*



*„Ich habe ein Ausmaß an Lebensintensität erlebt, von der ich nur noch geahnt hatte, dass es sie gibt. Nun hab ich einen Maßstab: Dort will ich hin! Ich ziehe meinen Hut vor so einer faszinierenden, kompetenten und kreativen Leitung. Der Bogen wurde perfekt aufgebaut... Das Team ist wunderbar!“*

## Die Einladung

The One Experience bietet einen geschützten Raum, in dem du durchatmen und den wesentlichen Fragen deines Lebens neu lauschen kannst. Es ist eine einzigartige, intensive Einladung, dein Wesen jenseits aller Masken zu entdecken und sich mit der Quelle deiner Kraft zu verbinden.

*Wir wollen dir nicht erzählen, wo es in deinem Leben lang geht.  
Das weißt du selbst.*

*Wir wollen dir nicht noch weitere Konzepte aufbürden.  
Davon hast du genug.*

*Wir wollen dir weder etwas geben, noch etwas nehmen.*

*Wir erscheinen an einer wichtigen Gabelung deines Lebensstellen  
und kreieren gemeinsam mit dir einen sicheren, ehrlichen Raum,  
in dem du selbst wichtige Wahlen für dein Leben treffen kannst.*

Das einzige, was du von The One Experience mit nach Hause nehmen wirst, ist das, woran du festhalten möchtest, weil du jetzt, in diesem Moment deines Lebens, einen Wert darin erkennst. Die Erfahrungen dieser 9 Tage werden dir ermöglichen, viel Überflüssiges und Unnötiges loszulassen und aufzulösen. The One Experience lädt dich ein, all die angesammelten Meinungen, Standpunkte und Vorurteile, die dich begrenzen, zu erkennen und dich davon zu befreien.



*„Diese Tage waren die totale Spiegelung meines Lebens. Viele meiner alten Verletzungen „ploppten“ an die Oberfläche und ich habe erfahren, dass nichts unheilbar ist. Nichts kann mich daran hindern, mein Leben zu leben!  
Diese Tage waren keine Reise, sie waren mein Leben!“*

*Life Trust*

## Methoden

The One Experience knüpft an die Tradition der Initiationen alter Stammeskulturen an. Wir greifen dabei auf ein sorgfältig zusammengestelltes Repertoire an Methoden aus der Humanistischen und Transpersonalen Psychologie, sowie spiritueller Traditionen und eigens kreierte Übungen zurück. Ein Teil der Strukturen ist intensiv und überraschend. Ein anderer Teil ist der Stille, der Achtsamkeit und der inneren Erdung gewidmet.

The ONE Experience ist keine therapeutische Maßnahme. Es ist ein Erfahrungsraum für normal gesunde, normal neurotische Menschen. Wenn du Zweifel hegst, ob das Seminar für dich geeignet ist, beraten wir dich gern.



*“Eines Morgens wachte ich auf und hatte die Bedeutung des Wortes ‚unmöglich‘ vergessen. Ich entschied, dass es nicht so wichtig gewesen sein konnte.“*

## Ablauf

Ein wichtiger Grundsatz unserer Arbeit ist eine **nachhaltige, positive Wirkung**. Deshalb beginnt The One Experience bereits mit einer intensiven Vorbereitungswoche zu Hause und bietet dir noch eine 30tägige Integrationsphase danach.

Die ersten drei Tage des Seminars geben dem Teilnehmer die Gelegenheit, sein gegenwärtiges Leben im Detail zu überprüfen. Die folgenden drei Tage sind dem Verstehen, Loslassen und Auflösen gewidmet. Die letzten Tage dienen der Vervollständigung, der Achtsamkeit, dem Feiern und der Stille.



Nach dem Seminar unterstützt dich der 30tägige Homekurs **Think Big Evolution**“, die gewonnenen Erkenntnisse und die frei gewordene Kraft sinnvoll und nachhaltig in deinem Alltag zu verankern. Einige Wochen nach dem Seminar gibt es ein Nachtreffen aller Teilnehmer, des Teams und der Seminarleitung.



*„Ich wurde immer wieder durch sehr lebensnahe Situationen überrascht. Es tut so gut, mich meinen Ängsten zu stellen, hinzusehen und authentisch damit umzugehen. Ich fühle ein nie gekanntes Urvertrauen in mir. Eine neue Hingabe an das Leben und einen tiefen Frieden mit mir selbst. Zum ersten Mal in meinem Leben bin ich ganz in meine Kraft gekommen.“*

## Initiations-Charakter

Das Seminar knüpft bewusst an die Tradition der Initiation an. Das bedeutet, wir kreieren einen Ablauf von sehr lebensnahen Situationen. Um dir die Möglichkeit zu geben, auf die zum Teil überraschenden Herausforderungen ohne Vorerwartung und so authentisch wie möglich antworten zu können, geben wir keine weiteren Details bekannt und verpflichten auch die Teilnehmer, danach nicht über die Strukturen zu sprechen. Bitte habe dafür Verständnis.

Um dennoch einen Eindruck zu gewinnen, kannst du gern am Telefon mit uns sprechen, oder wir bringen dich mit ehemaligen Teilnehmern in Kontakt.

Deswegen bieten wir auch eine **Zufriedenheits-Garantie**. Solltest du am Ende des Seminars nicht zufrieden sein, erhältst du dein Geld abzüglich einer Verwaltungspauschale (80 €) von uns zurück.

*Life Trust*

*„In komprimierter Form hat sich mein Leben vor mir entfaltet, Möglichkeiten haben sich gezeigt, die schier unglaublich waren. Einfach nur intensives Leben!!!“*



## Fragen und Antworten

**Wie können neun Tage mein ganzes Leben verändern? Ist das nicht ein wenig zu viel versprochen?**

Wir versprechen das nicht. Tatsächlich eröffnen wir The One Experience sehr klar mit der Aussage, dass die Teilnehmer nichts von diesem Seminar bekommen werden, sondern sie werden all das dalassen, was sie bereit sind, loszulassen. Das Seminar ist eine Möglichkeit, alte, begrenzende Standpunkte, Meinungen und Glaubenssätze zu durchschauen und zu verabschieden.

Außerdem ist es uns wichtig, hervorzuheben, dass es ist mit diesen neun Tagen nicht getan ist. Die Teilnehmer beginnen eine Woche vor dem Seminar mit einer Trance-CD zu arbeiten, die bereits verborgene Erinnerungen und Glaubenssätze bewusst macht. Mit dieser Offenheit und Klarheit begeben sie sich in den neun-tägigen Prozess. So sind starke Veränderungen wirklich möglich. Die Teilnehmer sind sich meist des Neuen schon bewusst, doch sie hatten einfach nicht die Möglichkeit und den Mut, die richtigen Fragen zu stellen und die Antworten in der Gegenwart zu leben. Wir bieten mit The One Experience den Rahmen, in dem das Neue in dir geboren und integriert werden kann.

## Können Sie etwas über die verwendeten Techniken erzählen?

Wir nutzen sehr viele verschiedene Ansätze. Wir verwenden Techniken aus der Welt der Psychologie, aus der Welt der Bildung, des Theaters und aus spirituellen Traditionen. Wir passen das Seminar immer wieder neu den Anforderungen der Zeit an und ergänzen es durch Elemente der Stille und Achtsamkeit.



*„... eine Geburt in das, was ist. Das Schälen der Zwiebel des Ichs. Tief verändernd. Diese Zeit wirkt wie ein Seelen-Mikroskop. Ich erfahre hier Läuterung und Veredelung. Ich finde hier die Liebe zu mir, zu uns. Alles, was ich je im Außen so verzweifelt gesucht habe, fand ich hier in mir. Ich habe mich erkannt und weiß, ich bin Leben.“*

## Wem würden Sie eine Teilnahme empfehlen?

Jeder **ab dem Alter von 14** ist herzlich willkommen. The One Experience wird von Menschen unterschiedlichster sozialer Herkunft, Gesinnung und Lebensausrichtung genutzt. Für die Teilnahme ist keine bestimmte Art von Glauben oder Lebensstil notwendig. Wir distanzieren uns ausdrücklich von jeglichen Dogmen. **Jeder ist willkommen.** Gerade in dieser großen Bandbreite liegt ein Schatz an Erfahrung und Weite.

Der Prozess unterstützt die Erfahrung von Verbundenheit und dadurch wirkt The One Experience sehr unterstützend **für jede Beziehung, für Familien, für berufliche Teams.** Es kann als Neubeginn für deine Beziehung sehr klärend und belebend wirken. Es ist die Chance, eine neue, starke Beziehung zum eigenen Leben und zu jedem Bereich des Lebens aufzubauen.

Wir empfehlen The One Experience auch als Bereicherung **für weltlich bereits erfolgreiche Menschen** – Menschen mit Karriere und Familie, deren natürlicher Lebensweg sie gerade durch ein kleineres oder größeres Tief führt. Für sie ist The One Experience eine intensive Auszeit, um Werte zu klären, die Kräfte und Möglichkeiten ihres Lebens wieder neu erwachen zu lassen.

**Für junge Menschen** bietet es eine Initiation in ihren eigenen Lebensweg: „Was sind meine Ziele? Was möchte ich vom Leben? Wo liegt meine Kraft?“ Wir haben hervorragende Erfahrungen mit Jugendlichen in der Phase der Mann-/Frau-Reifung gemacht.

**Ältere Menschen** nutzen die neun Tage gern, um zu rekapitulieren, zu vollenden, aber auch kindliche Neugierde und Frische für den nächsten Lebensabschnitt zu finden.

**Für spirituell orientierte Menschen** kann das Seminar ein kompromissloser Prüfstein ihrer tatsächlichen Reife & Verwirklichung sein.

### **Viele Teilnehmer berichten über tiefe Veränderungen in ihrem Leben nach der Teilnahme. Können Sie etwas zum Prozess der Integration sagen?**

Grundsätzlich empfehle ich den Teilnehmern, keine Veränderungen unmittelbar nach dem Training vorzunehmen. Es ist alles sehr neu, eine zum Neuaufbruch bereite Stimmung. Das ist wertvoll und gleichzeitig braucht es Zeit und Respekt, um die neuen Erkenntnisse zu erden. Dem dient unter anderem unser 30tägiges Integrationsprogramm nach dem One und das Nachtreffen, einige Wochen später. Wir legen in unserer Arbeit großen Wert auf Alltagstauglichkeit, d.h. eine gute Erdung. The One Experience vertieft alle Beziehungen deines Lebens. Sie öffnet deine Beziehungen für eine tiefere Ebene von Wahrhaftigkeit und Intimität. Du spürst mehr Vertrauen, um schmerzhaft Beziehungen zu heilen und/oder zu vollenden. Deine Verbindung zwischen dir und allen Wesen wird sich sehr wahrscheinlich intensivieren.

*„Alle Bereiche meines Lebens wurden berührt. Die Übungen sind in ihrem Aufbau genial. Sie führten mich ganz folgerichtig und zwingend zu einer neuen und wunderbaren Erfahrung des Lebens. Ich möchte Veit, Andrea und dem Team von ganzem Herzen für eure Liebe, Begeisterung und Unterstützung danken.“*



### **Auch wenn die Übungen geheim gehalten werden, wie kann ich mir den Ablauf vorstellen?**

Wir beginnen den Morgen mit einer stillen Meditation, gefolgt von einem ausführlichen Sharing, in dem die Teilnehmer die Möglichkeit haben, das am Vortag Erfahrene zu reflektieren und zu integrieren. Der weitere Tagesablauf ist wie das wirkliche Leben voller Überraschungen. Mehr verraten wir nicht.

### **Welche körperlichen und seelischen Voraussetzungen muss ich mitbringen?**

Körperlich braucht dich die Intensität des Prozesses nicht abzuschrecken. Wir nehmen gern Rücksicht, um jedem Interessierten die Teilnahme zu ermöglichen. Wir bitten dich lediglich darum, im Falle von Schwangerschaft, einer ernsthaften körperlichen Beeinträchtigung und psychischen Vorerkrankungen rechtzeitig vorher mit uns Kontakt aufzunehmen. Du benötigst vor allem eine gute Portion Neugierde und die Bereitschaft, Verantwortung für dein Leben zu übernehmen.

**Ich würde gern daran teilnehmen,  
doch die finanziellen Kosten stellen eine Hürde für mich dar.**

Wir laden dich ein, diese Kosten als eine wertvolle Investition in dein eigenes Leben zu sehen. Wie schnell und leicht geben die meisten von uns Geld für weitaus weniger wichtige Dinge aus? Solltest du nach einer Überprüfung deiner finanziellen Situation zu dem Schluss kommen, dass dies nicht für dich realisierbar ist, rufe uns bitte an. Wir sind uns sicher, dass wir eine Lösung finden. Geld wird nie ein Hinderungsgrund sein, um an unserer Arbeit teilzunehmen.

**Ich habe bereits den Homekurs „Think Big Evolution“ bei Ihnen gebucht.  
Muss ich ihn noch einmal kaufen?**

Nein, in dem Fall reduziert sich der Seminarpreis um 300 €.



*“Ich habe mich seit langem wieder tief im Innern berühren lassen. Ich wurde in diesen neun Tagen durch alle wichtigen Situationen meines Lebens geführt, und wo Heilung nötig war, habe ich diese erfahren. Ich bin mir selbst wieder geschenkt worden. Ich bin wieder nach Hause gekommen.”*

**Ich habe gelesen, dass der Psychologe Markus Klepper auch von Frank Natale im One Experience-Prozess trainiert wurde und ein Seminar mit dem Namen „One. Next Step“ anbietet. Ist dies dasselbe Seminar? Was ist der Unterschied?**

Über den Inhalt von „One. Next Step“ können wir dir nichts sagen und empfehlen dir, Herrn Klepper direkt zu kontaktieren. Ich schätze Markus Arbeit. Wir wurden beide von Frank Natale persönlich trainiert und autorisiert. Natürlich haben wir bei Life Trust den Prozess in den letzten zehn Jahren der allgemeinen Entwicklung angepasst und durch unsere Erfahrung verändert. Wir haben uns jedoch entschieden, den traditionellen Titel beizubehalten.

### **Was ist die Aufgabe des Teams?**

Im Team befinden sich ca. 6 bis 10 One Experience-erfahrene Menschen, deren Herzensanliegen es ist, deinen Prozess mit Achtsamkeit und Kompetenz zu begleiten. Das Team trägt sehr viel zur energetischen und sichernden Unterstützung bei.



### **Noch Fragen offen?**

Wir verstehen, dass du sorgfältig abwägen möchtest, ob das One Experience für dich in Frage kommt. Gern beraten wir dich am Telefon oder einem live-Gespräch ausführlich, ob und wie das One Experience dir dienen könnte.

## Leitung



The One Experience wird von Veit Lindau begleitet, unterstützt vom One Team, unter der Leitung von Andrea Lindau.

Veit Lindau ist mit Herz und Geist Coach, Trainer und Autor, außerdem Mitbegründer des Integralen Netzwerks Life Trust. Psychotherapeutischer Heilpraktiker, Trainer, BYS®Coach, Geschäftsmann, Visionär, liebender Ehemann und Vater. Ausbildungen in Coaching, Hypnose, NLP, Trancetechniken, Meditation.

Veits Passion besteht darin, Menschen auf ihrem Weg zu authentischem Erfolg zu begleiten.

Sein Wirken dient der Auflösung scheinbarer Gegensätze, z.B. zwischen Wahl und Nichtwahl, Logik und Magie oder Disziplin und Hingabe. Seine Liebesschnittstelle ist die Umsetzung von intellektuellem Wissen in gelebte Weisheit.

## Details

**Nächster Termin:** Bitte telefonisch erfragen bzw. auf der Webseite lesen.

**Investition:** 1300 € plus U/V. Inkl. Vor- und Nachbereitung, Unterlagen und dem 30tägigem Homekurses ThinkBigEvolution. Mit Zufriedenheitsgarantie.

### **Ermäßigungen:**

- Für ehemalige Teilnehmer des Kurses ThinkBigEvolution 990 €.
- Ermäßigter Preis für Sozialhilfe-Empfänger und Arbeitssuchende: 790 €.
- Schüler und Studenten: wir vergeben eine begrenzte Anzahl von Stipendien, bei Interesse bitte telefonisch bewerben.
- Wir gewähren 20% Frühbucherrabatt bis 4 Monate, 10% bis 8 Wochen vor Seminarbeginn.

Es gibt nur eine begrenzte Teilnehmerzahl. Der Seminarplatz gilt erst nach Zahlungseingang als fest reserviert. (Preise & Termine können sich ändern.)



## Weitere Teilnehmer-Statements



Beate, 40

Explosiv, ehrlich, nackte Wahrheit, kein Entrinnen, immer wieder Fokus zurück auf das Jetzt und die Ehrlichkeit. Ich bin meine erste Wahl. Ich will leben und für mich kämpfen. Ich habe die Verantwortung für mich und alles was um mich passiert.

Thomas, 45

Das ONE war Achterbahn zwischen „alles ist möglich“ und „nichts geht“, zwischen „innerem Frieden“ und „totalem Zweifel“, zwischen „Begegnung + Beziehung“ und Flucht. Tag für Tag ist meine Kraft gewachsen, nicht länger in Trauer und Rückzug zu leben, sondern loszulaufen, aufzustehen und bereit sein, „schmutzige Finger“ zu bekommen.

Mechtilde Malú, 47

Auf dieser Reise bin ich mir selbst und meinen Reisegegnossen auf einer sehr tiefen Ebene begegnet. Mitzuerleben, wie jeder von uns in dieser Zeit innerlich gewachsen ist und wie viele sogenannte Hindernisse jeder für sich dabei überwunden hat, hat mich sehr berührt.

Rita, 52

Ich bin angekommen auf dem Grund dessen, wo ich ankommen wollte – wonach ich seit über 25 Jahren in unzähligen Therapien, Seminaren, ... gesucht habe.

Ayla, 35

Ich habe bestimmt fast jedes erdenkliche Gefühl empfunden und spüren dürfen. Ich konnte mich in einem vertrauten und geschützten Rahmen ausprobieren, mich tiefer erfahren und erkennen.

Stefan, 30

Ich habe erkannt, dass die Welt von mir will, was ich wirklich bin, und dass das, womit ich sonst nach Liebe heische, mir im Weg steht; dass ich ein Geschenk bin, und dass zu teilen, wer ich wirklich bin, der Weg ins Glück ist.



Ralf, 44

Es hat mir ganz viel Kraft gegeben und ich fühle mich durch die Erfahrungen gestärkt. Die Gruppe hat eine weite und tief gehende Reise gemacht, die zu begleiten ein tief berührendes Erlebnis war.

Martin, 43

Mir wurde gezeigt, welche Kraft, welche Power in mir steckt. Grenzen wurden überschritten, welche ich nie vorher überschritten hätte. Ich gehe heim mit Klarheit und mit Kraft, als Mann, und als neuentdeckter Mensch.

Sandra, 33

Durch das ONE habe ich eine zweite Chance bekommen, mich in mein Leben zu verlieben, und dieses ist ein wundervolles Geschenk.

Rotraud, 63

Ich habe meine Weiblichkeit wieder entdeckt, viel Angst verloren, Angst mich zu zeigen, nicht richtig zu sein, zu versagen, ich fühle mich mindestens 10 Jahre jünger. Ich bin wie ich bin und ich will leben und lieben!

Stefanie, 46

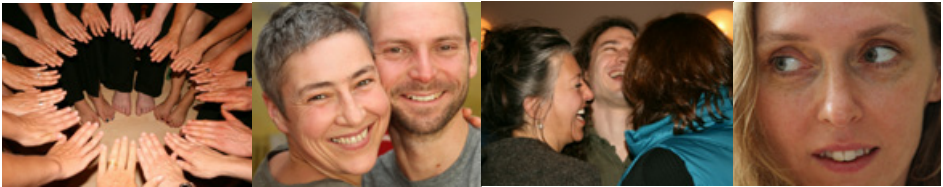
Es war für mich wie das Leben im Zeitraffer-Tempo! Es gab keine Stagnation, sondern ging immer weiter und tiefer. Es war einfach wunderbar und genial.

Emmanuelle, 48

Ich habe Dinge gemacht, von denen ich nie dachte, dass ich sie machen würde. Ich bin über mich hinausgewachsen! Ich habe eine Kraft in mir entdeckt, die ich nicht für möglich gehalten hätte. Ich habe mich wieder gefunden. Ich lebe wieder.

Wolfgang, 52

Das Geschenk dieser Reise ist Selbstliebe. Ich habe erkannt, dass kein Mensch mir meine Würde nehmen kann, keiner kann mich klein machen.



Reinhold, 38

Das ONE wirkt wie eine bewusstseinsverändernde Droge – mit Langzeitwirkung! Ich bin durch meine persönliche Hölle gegangen, habe gekämpft und Ja zum Leben gesagt. Und jetzt bin ich vom Leben gevögelt (der beste Spruch überhaupt:-)).

Ian Thomas, 41

Ich habe eine unglaubliche Kraft und Lebendigkeit in mir gespürt und erfahren, wie seit meiner Kindheit nicht mehr. Ich habe mich in diesen Prozess hineingeworfen und dabei wieder neu entdeckt. Eine Auferstehung!

## Neugierig geworden?

Ausführliche Teilnehmerberichte und weitere Informationen finden Sie unter: [www.one-experience.de](http://www.one-experience.de)

### Life Trust

PF 1311 ~ 76502 Baden-Baden

Tel. 07221.9929828 ~ Fax. 07221.9929829

[www.lifetrust.info](http://www.lifetrust.info) ~ [willkommen@lifetrust.info](mailto:willkommen@lifetrust.info)

Life Trust

