

# Herbstbrief

herzwärts aktuell 1–2 | Erfahrungsbericht 3 | Abschied Balzenberg 3 | Verein *da sein* 4 | Agenda 4

## Editorial

VON DEVADATTO

Jetzt ist wieder alles ungewiss. Fast wie im Frühling, als wir die Seminare absagen mussten. In diesem Herbstbrief erfährst du, was seither passiert ist. Das Seminarhaus am Balzenberg gibt es nur noch in der Erinnerung. *herzwärts* hingegen macht weiter. Devadatto schreibt vom Abschied, vom Aufbruch und von den Erfahrungen an den neuen Orten. Sita erzählt, was sie als Assistentin erlebt hat. Shurika macht sich Gedanken zum Abschied vom Balzenberg. Christophe beschreibt, wie der Verein *da sein* im Hintergrund wirkt und die Arbeit von *herzwärts* unterstützt. Drei bis vier Mal pro Jahr möchten wir dich auf dem Laufenden halten, wie sich unsere Projekte entwickeln. Selbstverständlich findest du auch alle aktuellen Termine. Jetzt ist zwar wieder ungewiss, ob alles wie geplant stattfinden kann, doch das letzte halbe Jahr hat uns gezeigt, dass es auch in schwierigen Zeiten weitergeht, weil das Fragen nach dem Sinn und das Forschen danach, was das Menschsein ausmacht, in diesen Zeiten besonders existentiell und unverzichtbar ist.



*herzwärts* aktuell

## *herzwärts* geht weiter

EIN BERICHT VON DEVADATTO

### Ungewissheit

Im Frühling der Stillstand. Wir müssen die Seminare absagen. Dhyan Mara kündigt an, dass sie vom Balzenberg weggeht. Mayushima zieht sich aus dem Leitungsteam zurück. Alles ist ungewiss. Wann kann es weitergehen? Finden wir einen neuen Ort? Melden sich genügend Teilnehmer\_innen für die dritte Jahresgruppe an, nachdem das Osterseminar nicht hat stattfinden können?

### Abschied

Im Juli blüht der Balzenberg, wo alles angefangen hat, noch einmal auf. Alles ist da: Das gastliche Haus, die freundliche Gastgeberin, der heimelige Seminarraum, die gackern den Hühner hinter dem Haus, die Sauna mit Holzofen, der Wald, der Weg über die Wiese zum «Bänkli», die Aussicht auf die Niesenkette,

die sternenklaren Nächte. Ein idealer Ort für unsere Arbeit. «Wieso?» Immer wieder diese Frage. «Wieso geht es hier zu Ende?» Immer wieder nehme ich Abschied von lieb gewordenen Plätzen und Ritualen. Und nehme dann nach den Seminaren endgültig Abschied beim Aufräumen, Ausräumen, Abbauen, Wegschmeissen, Sortieren, Aufteilen und Putzen.

### Neuanfang

Ende September packen wir zwei Autos voll mit Woldecken, Sitzkissen, Klangschalen, Fruchtriegeln, Teigwaren, Kochtöpfen, Dörripflaumen, Matten, Datteln, Mehl, Most, Bier, Wein und weiss nicht was noch alles und fahren los Richtung Norden über den «Berg» in den Jura. Unser Ziel ist Vellerat, ein kleines Dorf

Fortsetzung auf Seite 2

Fortsetzung

herzwärts geht weiter, Bericht von Devadatto von Seite 1

## herzwärts geht weiter

oberhalb von Delémont, in dem man französisch spricht; wir biegen in die Rue Roger Schaffter und fahren bis zum letzten Haus. «Zmittzt im Gjätt us» (mitten in der Natur), im Jurahaus von Ingo, richten wir uns für die nächsten acht Tage häuslich ein für das letzte Seminar der zweiten Jahresgruppe: «In Beziehung sein». Die Köchin haben wir selber mitgebracht; Cornelia, die bei der ersten Jahresgruppe dabei war, ist extra aus Rostock angereist, um in dieser neuen Rolle mitzuwirken. Nach und nach treffen die Teilnehmer\_innen ein und Sita und Jonathan, die uns immer wieder als Assistenten unterstützen. Um 18h beginnen wir wie immer mit der Kundalini-Meditation. Danach gibt es Znacht. Wir sitzen alle an einem grossen Tisch. Wie funktioniert die Kaffeemaschine? Wo kommt das Leergut hin? Gibt es einen Kompost? Am Anfang ist alles neu, doch mehr und mehr merken wir, dass auch hier alles da ist: Der Fuchs, der am ersten Abend zum Stubenfenster hineinäugt und uns im wilden Jura willkommen heisst, die Zwetschgen und Äpfel im grossen Garten, die wir pflücken und verarbeiten dürfen, der Weiher, an dem die Frauen den Frauenabend verbringen, die Wege, die über die Matten in den Wald hinein führen, die Feuerschale, bei der die Männer den Männerabend verbringen, der helle Gruppenraum, der in das alte Gebälk der Heubühne hineingebaut wurde: Ein idealer Ort für unsere Arbeit.

### Das Wunder

Nach den acht Tagen im wilden Jura fahren wir Richtung Süden in den lieblichen Bucheggberg. Da steht das *Stillehaus* von Jean-Etienne, in dem das zweite Seminar der dritten Jahresgruppe stattfindet: «Geben und Nehmen». Als Koch ist Kranto dabei, der bei Burkhardt das Jahrestaining gemacht hat und auch bei uns bei einigen Seminaren zuerst als Teilnehmer und später als Assistent dabei war; seine Frau Judith unterstützt ihn als «aide de cuisine». Anandhro und Franziska, die schon im Sommer auf dem Balzenberg dabei waren, assistieren auch hier. Bald merken wir, dass auch im *Stillehaus* alles da ist: Die alte Kirche im Dorf, die zum Meditieren einlädt, die Nussbäume am Waldsaum, die in diesem Jahr vollbehangen sind, die Sauna oben im Dachstock, die wir nach dem Atmen aufsuchen, der neu gebaute Gruppenraum, der gross genug ist für die elf Teilnehmer\_innen der dritten Jahresgruppe. – Elf, das ist eine schöne Zahl, vor allem wenn man bedenkt, dass ein kleines Wunder passieren musste, damit die dritte Jahresgruppe überhaupt zustande kommen konnte. Nur vier Teilnehmerinnen hat-

ten sich nämlich für das ganze Jahr entschieden, weil das Osterseminar ausgefallen war. Sieben kamen dann im Sommer dazu, die sich nur für ein Seminar verpflichteten. Elf begannen dann auf dem Balzenberg gemeinsam zu forschen, lernten sich kennen, rieben sich aneinander, hielten sich den Spiegel vor, tanzten, schwitzten, schwatzten und wuchsen so mehr und mehr zusammen, so dass schliesslich alle elf gemeinsam im *Stillehaus* weitemachen wollten und für das ganze Jahr zusagten.

### Ausblick

Jetzt ist es wieder ungewiss. Das Wochenende in Schlieren vom 6. – 8. November konnten wir begrenzt auf 15 Menschen durchführen. Das Seminar «Prägungen verstehen» vom 15. – 21. November mussten wir hingegen absagen, weil im Jura höchstens 5 Menschen zusammenkommen dürfen. Ob und wie es mit dem Weihnachtsseminar im *Stillehaus* Aetingen gehen wird, ist ungewiss. Wenn immer möglich werden wir das Seminar durchführen. Dazu brauchen wir aber noch mehr Teilnehmer\_innen. Dabei tut es gut zu wissen, dass Wunder passieren können, und deshalb sind wir voll Zuversicht, dass genug Menschen gerade erst recht kommen wollen. Und wenn wir absagen müssten, wissen wir, dass es früher oder später weitergehen wird.

Alle aktuellen Termine findest du auf  
[www.herzwaerts.net](http://www.herzwaerts.net)



Unsere Köchin kurz vor der Abfahrt nach Vellerat

## herzwärts aus meiner Sicht als Assistentin

Wie lange bist Du schon dabei? Was, schon fast 10 Jahre, und Du brauchst das noch? – Ja, gerne sogar!

Es war eine intensive Woche im jurassischen Weiler Vellerat Ende September. Bekannte Gesichter, manche mehr, manche nur flüchtig. Neuer Ort: Für jeden Löffel, den ich zum Frühstück auf den Tisch legen wollte, musste ich mindestens drei Schubladen durchforsten. Mit den Tellern und den Tassen erging es mir ebenso.

Der Gruppenraum war hoch und hell. Blick ins Grüne. Weit und breit keine Nachbarn, die sich ab allenfalls mal lauterem Tönen störten.

Eigentlich waren die Räume neben-sächlich für mich. Wie sie in der Woche dann belebt, bespielt und betanzt wurden, gab ihnen den Klang. Ebenso die Küche, die von einer Küchenseele mit Dürften und allerhand Zaubereien erfüllt wurde. Mehr und mehr belebte sich das ganze Haus mit Menschen, die auch in dieser Woche nach anfänglichem «fremden» zu einem Teil von mir wurden.

Assistieren heisst für mich, auf verschiedenen Hochzeiten zu tanzen, und das Ganze auch noch unter einen Hut zu bringen! Manchmal mitten drin im Gruppenraum teilhaben und mitgehen, sei es bei der Energiearbeit, den Atemsitzungen oder im verbalen Austausch. Mitten drin auch in der Küche. Sei es locker leicht quasselnd oder mit Groll beim Salatwaschen, wo ich doch lieber im Gruppenraum geblieben wäre und, wie mir schien, «Wichtigeres» erlebt hätte. Dabeisein, immer mehr im Herzen, den Verstand und die Klarheit ebenso walten lassen, mit Mut koppeln und ehrliche Hinweise und Rückmeldungen geben. Auch das eine meiner Aufgaben als Assistentin. Wie im richtigen Leben, hü-

EIN ERFAHRUNGSBERICHT VON SITA



Ausblick vom Jurahaus Vellerat

fen vom einen zum anderen, immer leichter werden und annehmen was da ist. So erging es mir einmal mehr in dieser Woche im Jurahaus.

Ich war selber erstaunt, wie sehr ich mit dem Prozess mitschwang. Für mich war es eine Woche mit vielen Emotionen; klar, es ging um «In Beziehung sein». Der Gedanke, diese Themen seien jemals abgeschlossen, ist mir fremd. Ich feierte eher ein Wiedersehen mit meinen wunden Punkten. Durch das Wahrnehmen und Zulassen von all den Gefühlen, die auftauchten, wurde mir auf einmal bewusst, wie die Menschenverachtung, die manchmal aus meinem Verhalten spricht, mit Lebens- und Selbstverneinung zusammenhängt. Bewusst werden heisst für mich, dass es vom Kopf in den Bauch gewandert ist, vom «Denken» und «Wissen» ins «Spüren» und «Fühlen». Auch die Gegenpole, das Vertrauen in das Leben, das Dasein und den Sinn und die unbegrenzte Liebesfähigkeit, begannen in mir zu klingen und vom Kopf ins Herz zu wandern. Einfache Worte, aber was für ein eindrücklicher, für mich so bewegender Weg und grosser Schritt das war, kann wohl nur verstehen, wer die Arbeit mit *herzwärts* schon selber erfahren und erspürt hat.

Was das für neue Räume in meinem Alltag zu öffnen vermag? Ich bin mal gespannt.

## Shurikas Gedanken zum Abschied vom Balzenberg

### Veränderungen

Manchmal werden von Menschen neue Wege gegangen ohne zu wissen, ob es besser wird. Was wir einzig wissen ist, dass es anders sein wird.

Wir konnten uns eine Woche Zeit nehmen, mit vielen lieben und gleichgesinnten Menschen zu würdigen, was sich in den vergangenen Jahren bewährt hatte. Wir hatten Momente der Erinnerungen und Momente zum Geburtstag feiern, Momente zum Aufräumen und Zusammenpacken, Momente zum Anstossen und zum Lachen, auch Momente, um sich in die Arme zu nehmen und zu weinen. Ganz besonders haben wir uns Zeit genommen in einem Ritual, jeder in seinem Tempo und mit seinen Worten, Dhyana Mara in der Funktion als «Hausmutter» zu verabschieden.

Eine gemeinsame Wanderung zeigte uns, dass wir weiterhin gemeinsam auf dem Weg sein können, wenn wir das wollen.

Nur einfach halt anders.

Würdigen, loslassen und neue Wege gehen.



## Verein *da sein*

### Der Name des Vereins erinnert ans Wesentliche

EIN BERICHT VON CHRISTOPHE

Letztes Wochenende trafen wir uns zur dritten Generalversammlung des Vereins *da sein* im *Stillehaus* Aetingen. Generalversammlung heisst in diesem Verein, dass wir uns begegnen wollen, gemeinsam arbeiten, meditieren und feiern. Weil das Zeit braucht, dauert das Zusammensein ein ganzes Wochenende. Die eigentliche Vereinsmeierei mit Wahl, Beschluss und Protokoll dauert höchstens zwei Stunden. Das heisst nicht, dass diese formalen Dinge unwichtig sind, sie geben der ganzen Arbeit einfach das rechtliche und offizielle Ansehen. Mehr Zeit in Anspruch nehmen die Berichte aus den Werkstätten, von *herzwärts* vor allem, aber auch vom *bärentreffen*, der *da seins woche* und der Werkstatt *aufstellungsarbeit*. Es wird genau zugehört und nachgefragt, die Gemeinschaft der Menschen übernimmt intervisionsmässig beratende Funktion. Das ist besonders wichtig für *herzwärts*, da die Durchführung der Seminare in diesem Jahr immer aufs Neue infrage gestellt ist. Das Team *herzwärts* weiss und ist dankbar dafür, dass Menschen da sind, die die Arbeit unterstützen.

Im Frühling initiierte der Verein regelmässige und offene Videokonferenzen, um den Abschied vom Balzenberg in einem grösseren Freundeskreis vorzubereiten. Im Sommer hat der Verein dann das «Seminarinventar» vom Balzenberg übernommen; das sind Sitzkissen, Decken, Gongs, Klangschalen, die Musik, Bälle, Trommeln und vieles mehr. Dieses Material gehörte einst dem Verein Eins und Sein. Jetzt gibt der Verein *da sein* das wertvolle Inventar *herzwärts* zum Gebrauch in Obhut.

Die Werkstatt *aufstellungsarbeit*, die im letzten Herbst unter der Leitung von Ruedi Niederhauser so gut angefangen hatte, kam im 2020 trotz breitem Interesse – es beteiligten sich bis zu 18 Menschen – nicht richtig in Schwung. Das hatte vor allem mit den von den Behörden verordneten Zwangspausen zu tun. So beschloss der Vorstand vor zwei Monaten, einen Neuanfang zu lancieren: Inspiriert von Ruedi Niederhausers fein gegebener Aufforderung, etwas zu wagen und der Weisheit zu vertrauen, die einer Aufstellung inneohnt, arbeitet seither eine etwas kleinere, offene Peergruppe im Sinne einer Üb- und Forschungsgruppe. Es haben bereits ein Abend und ein ganzer Tag stattgefunden, die Arbeit geht also weiter, und es ist nicht ausgeschlossen, dass gelegentlich wieder Fachleute engagiert werden.

Das Gedicht «Gemeinsam»  
von Rose Ausländer  
hat unsere  
diesjährige GV umrahmt:

**Vergesst nicht  
Freunde  
wir reisen gemeinsam  
besteigen Berge  
pflücken Himbeeren  
lassen uns tragen  
von den vier Winden**

**Vergesst nicht  
es ist unsre  
gemeinsame Welt  
die ungeteilte  
ach die geteilte**

**die uns aufblühen lässt  
die uns vernichtet  
diese zerrissene  
ungeteilte Erde  
auf der wir  
gemeinsam reisen**

**Rose Ausländer**

## Nächste Termine

**Sa, 26. Dez. 20 – Fr, 1. Jan. 21**  
*herzwärts* Einstiegswoche «Von der Angst zur Lebensfreude»  
*Stillehaus*, 4587 Aetingen SO

**So, 3. Januar – Sa, 9. Januar 2021**  
Jahresgruppe III «Was ich nicht sehen will – Schatten, das verborgene Potenzial»  
*Stillehaus*, 4587 Aetingen (SO)

**Fr, 29. Januar – So, 31. Jan. 2021**  
*herzwärts* Offenes Wochenende «Ankommen»  
Yogacorner, 8952 Schlieren (ZH)

**So, 14. Febr. – Sa, 20. Febr. 2021**  
*herzwärts* Vertiefungsseminar «Prägungen verstehen»  
*Stillehaus*, 4587 Aetingen

**Mo, 29. März – So, 4. April 2021**  
*herzwärts* Einstiegswoche «Von der Angst zur Lebensfreude»  
*Stillehaus*, 4587 Aetingen (SO)

**So, 11. April – Mi, 21. April 2021**  
Jahresgruppe III «In Beziehung sein – Frau sein, Mann sein – Präsenz»  
*Stillehaus*, 4587 Aetingen (SO)

## Impressum

**Herausgeber**  
Verein *da sein*  
www.verein-dasein.org

**Redaktion**  
Andreas Schertenleib  
Christophe Frei  
Pia Jorquera

**Gestaltung**  
Sandra Mutti

**Erscheinung**  
ca. 4 Mal jährlich

**Kontakt**  
Akin und Adreas Schertenleib  
Heidenhubelstrasse 6  
CH-4500 Solothurn  
Telefon +41 (0)32 622 93 91  
info@herzwaerts.net  
www.herzwaerts.net

**Werkstätten des Vereins *da sein***  
*herzwärts* | *da seins woche*  
*bärentreffen* | *aufstellungsarbeit*