

Leben in Essenz ~ Essenz im Leben

Eine fortlaufende Seminarreihe der Diamond Logos Lehren
zur Rückbesinnung auf unsere wahre Natur und deren essenziellen Qualitäten.

mit **Manfred Avida Fett**
Senior Teacher der Diamond Logos Lehren

Essenz ist die feinstoffliche Ausprägung unseres Wesens und natürlicher Teil unseres Selbst. Wir erleben sie in unterschiedlichen Zuständen und Formen, beispielsweise als Liebe, Mitgefühl, Zuversicht, Freude, Stärke, Frieden, Bewusstheit, Tiefe, Güte, ... und wir spüren jede ihrer Formen als feine Präsenz mit ureigenem Charakter. Essenz gibt uns innere Fülle und das tiefempfundene Gefühl von Verbundenheit und Kostbarkeit.

Wir werden mit Essenz geboren, verlieren im Verlauf unserer Persönlichkeitsbildung jedoch die Verbindung mit ihren Erscheinungsformen und Qualitäten. Ohne Kontakt zu unserer Essenz ist unsere Persönlichkeit im besten Fall strukturiert, funktional und effizient. Erst in Verbindung mit unserer Essenz füllt sie sich mit deren Qualitäten und verleiht unserem Leben inneren Reichtum und Würde, unserem Handeln Sinn und Bedeutung. Lebendige Essenz durchdringt und heilt die Verhärtungen unserer körperlichen, emotionalen und geistigen Ich-Struktur und entfaltet nachhaltig unser ursprüngliches Potenzial.

Die Seminarreihe

Die Seminarreihe ‚**Leben in Essenz ~ Essenz im Leben**‘ bietet die Gelegenheit, fünf grundlegende essenzielle Qualitäten menschlichen Seins zu erleben und sich wieder mit ihnen zu verbinden.

Jeder Essenz sind mindestens zwei **Seminartage** gewidmet, in denen wir uns mit den spezifischen Eigenschaften der jeweiligen Essenz befassen. Wir werden erleben wie sie sich anfühlt, welchen spirituellen Archetypus sie repräsentiert und welche Bedeutung sie für unser Leben hat. Und wir werden die entwicklungspsychologisch bedingten Hindernisse, die den freien Fluss von Essenz blockieren, erforschen und beginnen, diese aufzulösen.

Die **Methoden** umfassen Meditation, geleitete Visualisierungen, erforschende Selbstreflexionen in Dyaden und Triaden, sanfte Atem- und Körperübungen, Musik, kurze Interventionen.

Zum Erfahrungsaustausch und zur Vertiefung bieten wir darüber hinaus zwischen den Terminen die Möglichkeit an, sich in Peer-Gruppen zu treffen an. Außerdem haben die Teilnehmer Gelegenheit, spezielle Themen, oder auch persönliche Probleme, in **Einzelsitzungen** zu bearbeiten.

Die Seminarreihe ist für **Menschen**, die ihre Verbindung zu ihrer Essenz wiederentdecken und vertiefen möchten, speziell für Therapeuten und Berater, welche die Essenzarbeit in ihre berufliche Praxis integrieren wollen.

Fünf essenzielle Qualitäten

Im Kontakt mit der **weißen Essenz** erleben wir uns von innen getragen, gelassen, voller Zuversicht und gesammelt. Wir spüren die uns innewohnenden Kraft, der/die zu sein, der /die wir sind und das zu tun, was unserem Wesen entspricht.

Im Kontakt mit der **roten Essenz** fühlen wir uns stark, mutig und beseelt. Wir spüren unsere Lebendigkeit und unsere Vitalität, und wir sind voller Elan und innerem Feuer das zu tun, was unserem Wesen entspricht und für die Fülle in unserem Leben wesentlich ist.

Im Kontakt mit der **schwarzen Essenz** erleben wir uns friedvoll, tief und auf noble Art mächtig. Wir sind geistig ruhig und klar, im intimen Einklang mit unserem Selbst, und wir haben das sichere Gefühl, unser Leben auf vornehme Art zu meistern.

Im Kontakt mit der **grünen Essenz** erleben wir uns auf freundliche Weise teilnehmend und mitfühlend. Wir sind gütig und vergebend, akzeptieren uns selbst und andere, und wir spüren die sanfte Stärke unseres Herzens, unsere seelischen Verletzungen und Schmerzen zu tolerieren.

Im Kontakt mit der **gelben Essenz** sind wir voller Freude, Leichtigkeit und Vergnügen. Unser Leben erscheint uns immer wieder neu und frisch, befreit von alten Lasten, unser Herz ist leicht. Wir sind voller Spontaneität, Neugier und Erstaunen.

Was ist der Diamond Logos und was sind die Diamond Lehren?

Der Diamond Logos ist Weg, Lehre und Methode zugleich. Er ist ein umfassender Ansatz für menschliche Entfaltung, der sowohl von der Weisheit überlieferter spiritueller Traditionen als auch von dem Wissen zeitgenössischer Entwicklungs- und Tiefenpsychologie Gebrauch macht. Er unterstützt Menschen, die Lebenssinn und Erfüllung in ihrem Sein suchen, ist aber auch geeignet für Psychotherapeuten und Andere in helfenden Berufen, die Menschen in deren innerer Entwicklung begleiten.

Die Diamond Logos Lehren beruhen auf der tiefen Kenntnis der unverfälschten Qualitäten menschlichen Natur. Sie beschreiben auf detaillierte Weise deren körperliche, emotionale und geistige Erscheinungsformen, und sie benennen die psychologischen Hindernisse, die deren Entfaltung im Weg stehen können. Sie laden ein zu einem Lebensweg, der die dem menschlichen Wesen innewohnende essenziellen Eigenschaften von Liebe, Klarheit, Wille, Würde, Freude, Stärke, Mitgefühl, Leidenschaft, Frieden und andere mehr auf lebendige Weise widerspiegelt und entwickelt.

Was ist das grundlegende Arbeitsverständnis?

In den Diamond Logos Lehren sehen wir Ego und Persönlichkeit nicht als Phänomene an, die es zu bekämpfen oder gar auszulöschen, sondern in ihren Funktionen zu verstehen und nutzen gilt. Wir begreifen sie als Strukturen, die im Laufe der kindlichen Entwicklung den Gleichklang mit den essenziellen Qualitäten des Seins mehr und mehr verlieren. Dieser Verlust wird als energetische Leere und Mangel erlebt, und bildet den Kern der Persönlichkeit mit ihren verschiedenen Facetten. Die verlorene Verbindung mit essenziellen Seins-Qualitäten wird ersetzt durch Ego- und Persönlichkeitsstrukturen, welche die verlorenen essenziellen Qualitäten nachahmen, aber nicht deren Kraft und Fülle in sich tragen. Diese unerfüllten Strukturen führen zu Einstellungen, Gefühlen und Handlungen, die sich durchweg als Hindernisse, Probleme und Blockaden für die Entfaltung und den Ausdruck von Essenz zeigen. Anstatt sie zu bekämpfen nutzt der Diamond Logos diese als Zugang zur jeweils verlorenen Essenz. Er erforscht ihre Bedeutung, versteht ihre Wirkweise und räumt vorsichtig und sanft die Schleier und Barrieren zur Seite, die den unmittelbaren Zugang zu und das Erleben von unserem Wesen und seiner Essenz verstellen haben.

Was sind die Arbeitsmethoden?

Die primären Arbeitsmethoden des Diamond Logos sind Präsenz, objektives Bewusstsein und Mitgefühl für die Wahrnehmung und Erforschung aktueller innerer und äußerer Erfahrungen. Sie erlauben uns, in der Persönlichkeit gewachsene und verfestigte Hindernisse für das unmittelbare Erleben unserer wahren Natur im Alltag wahrzunehmen, deren innewohnende Struktur und emotionale Bedeutung für unser Leben zu verstehen, und sie verständnisvoll in essenzielle Qualitäten zu überführen.

Weitere im Seminar verwendete **Methoden** umfassen geführte Meditation, geleitete Visualisierungen, erforschende Selbstreflexionen in Dyaden und Triaden, sanfte Atem- und Körperübungen, Musik und kurze themenspezifische Einzelarbeiten des Lehrers mit den Teilnehmern.