



World Café

Begegnungstage 22.-24.8.2025

Zentrum Burghof Stauf(Pfalz)



# Wie kommt mein Potential zu mir?

## „World Café“

Fragen inspiriert durch

<https://akademiefuerentwicklungshilfe.org>

und „Kompass-Café“ der Würdekompassinitiative

1. Wählt einen „Gastgeber“  
Gastgeber:
  - Regt an, wertvolle Gedanken, Ideen....festzuhalten
  - Bleibt beim Wechsel am Tisch und fasst Kernaussagen für die nächste Gruppe zusammen
2. Startet die jeweilige Fragerunde 😊! Es müssen nicht alle Fragen diskutiert/ werden
3. Haltet „Sternstunden“ – Ideen, gute Gedanken, Erkenntnisse...fest
4. Nach der letzten Fragerunde hängen wir die „Tischdecken“, Karten... auf, tragen Inspirationen zusammen...



# Runde 1

- Ist es mir wichtig, was andere über mich denken?
- Wie geht es mir, wenn ich den Erwartungen der anderen an mich nicht gerecht werde?
- In welchen Situationen fühle ich mich besonders mit mir verbunden?
- Wann fällt es mir besonders schwer, bei mir - in meiner eigenen Mitte - zu bleiben?
- Was finde ich an mir besonders liebenswert?



## Runde 2

- Was bedeutet für mich "Mensch sein"?
- Was braucht es, damit ich mein Menschsein entfalten kann?
- Erlebe ich mich als Subjekt?
- Wie merke ich, wenn ich mich selbst zum Objekt meiner Vorstellungen vom Leben mache?
- Wie begegne ich anderen Menschen, in einer Subjekt zu Subjekt-Beziehung? ...oder habe ich Erwartungen an die anderen, wie sie zu handeln haben, wie sie sein sollen?



## Runde 3

- Was ist aus meinen Träumen geworden?
- Wovor habe ich Angst?
- In welcher Situation bin ich schon mal "über mich hinausgewachsen"?
- Was für ein Zusammenleben wünsche ich mir für alle Menschen auf der Welt?
- Was hält mich davon ab, mein Zusammenleben mit anderen so zu gestalten, wie ich mir das wünsche?

das "solltest" ist die zu objektivieren

Lösung: 1) Räume gelüften  
↳ in der festen Traum in mir  
↳ Vollständigkeit in dir  
↳ in mir + dir ALLEINE.  
Wer ist der Mitte-Raum?

- Meditation bringt mich in meine Mitte  
- Natur + Tiere verbindet  
- "Musik" verbindet sein ...  
- Spiritualität

und Sinn des Kohärenzen bedeutet, zu was ist

FRAGE: WISKAUM MAP DIE OBJEKTIVIERUNG (SOLL/MÜSSEN) REDUKTIVEN?

in eigener Mitte bleiben fällt schwer:  
- in Gruppen/nicht dazu gehören  
- sich verlassen/gehörig fühlen  
- kein Raum für meine lebendigen Bedürfnisse

Nut, z.B. auf die Straße zu gehen

Vorstellungen, Erwartungen, Rollenbilder usw. führen zur Objektivierung von anderen oder von mir selbst!

Mutualität  
→ ich bin bei mir & bei dir gleichzeitig.  
Zusammen - lieben.  
Empathie

Wenn Du etwas "solltest" oder "müsstest" ist die Chance groß, zu objektivieren

Lösung: 1) Räume gelüften  
↳ in der festen Traum in mir  
↳ Vollständigkeit in dir  
↳ in mir + dir ALLEINE.  
Wer ist der Mitte-Raum?

Tagverfassung  
• Erwartungen erfüllen oder nicht  
• Level der Wichtigkeit was andere über mich denken

Traum und Sinn des Lebens Kohärenzen  
Menschen bedeutet, zu lieben was ist

FRAGE: WISKAUM MAP DIE OBJEKTIVIERUNG (SOLL/MÜSSEN) REDUKTIVEN?

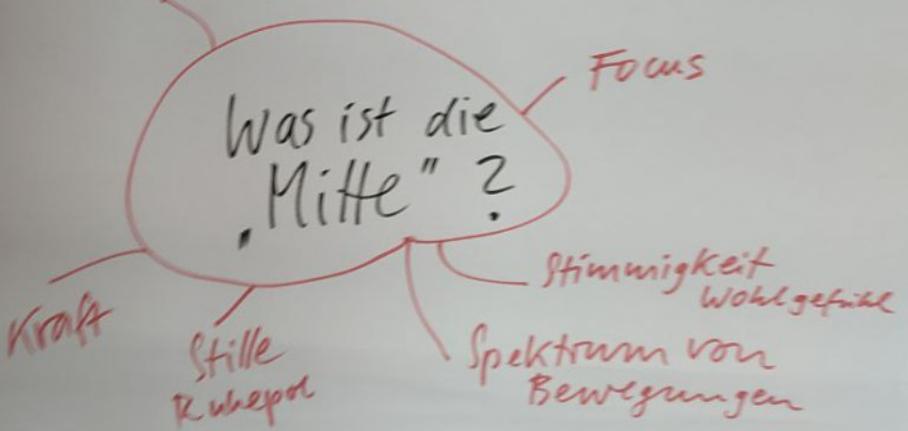
1) mich selbst, dann ist es mir nicht mehr wichtig was andere über mich denken.  
Dann bin ich mit mir in der Mitte

Lösung: Nut, z.B. auf die Straße zu gehen

Vorstellungen, Erwartungen, Rollenbilder usw. führen zur Objektivierung von anderen oder von mir selbst!

1) Was sollen andere von mir sehen für alle - wo bleibe ich?  
Ich erlaube mich nicht selbst!

Selbst-Gewahrsein / Achtsamkeit



Der mutige Mensch hat seine Träume realisiert

über mich hinauswachsen:  
Ich habe die Entscheidung getroffen, wegen mir das Nest zu verlassen.

Viele Menschen haben Angst, sich zu spüren, sich zu begegnen und sich auszuhalten.

"Mensch sein" - In Liebe sein

mit Liebe wirken

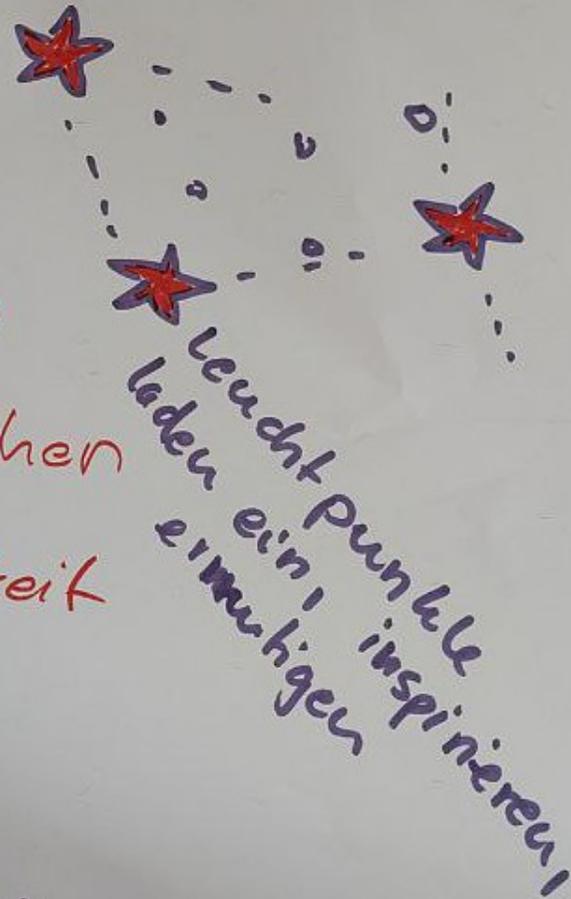
"Menschsein" entfalten

↳ mit anderen Menschen

↳ Bedingungslosigkeit

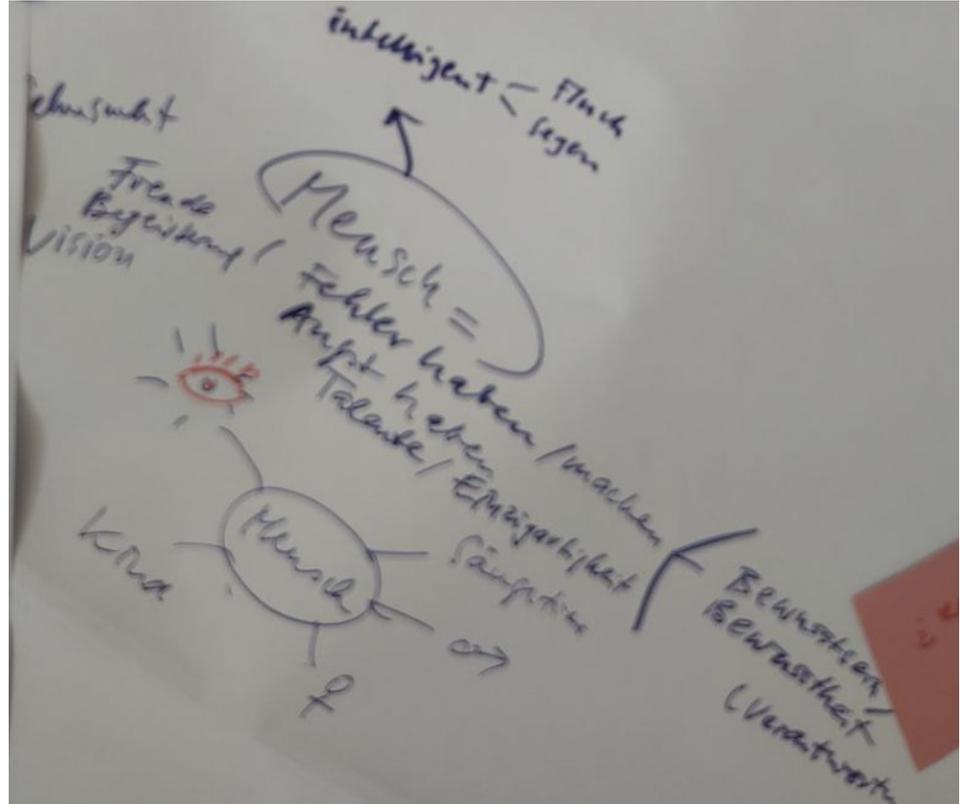
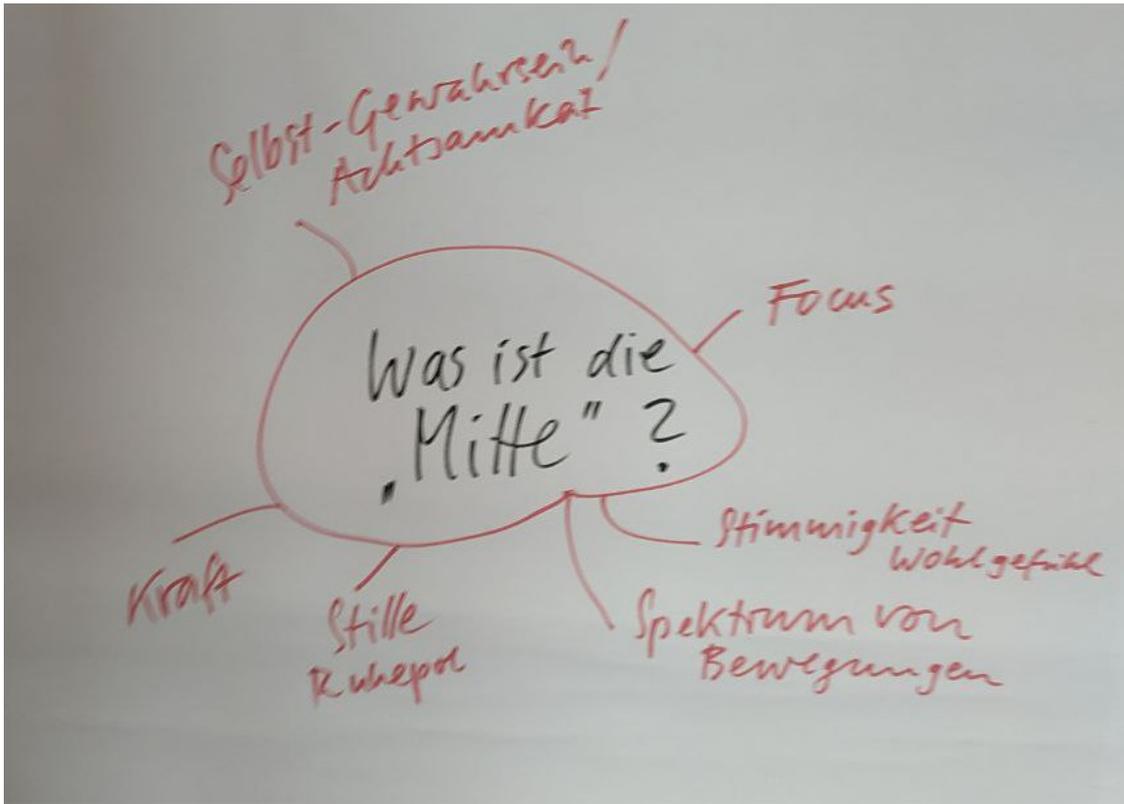
↳ Resonanz

↳ Mitgefühl



Objekt => "Ich muss..."

Jedes "Ich muss" trennt ... trennt mich  
von meinem Potential



Ich darf  
so sein wie ich bin

ICH DARF EINFACH  
SEIN.

ICH DARF AUCH SCHIEF  
STEBEN...

Embodiment  
Präsenz

Die eigene Wahrheit  
Leben

27.11.19  
26.11.19  
- 190.191 - 192.193

Zusammen sein  
im Fühlen & Achtsamkeit  
in Liebe  
in Freundschaft  
in Einzigartigkeit von jedem gesehen und <sup>zum Ganzen</sup> <sub>Wohl des</sub> <sup>anderen</sup> <sub>Individuums</sub> (Anette Kaiser)

Zusammenleben  
mit anderen  
gesehen

- finanzielle ~~Wohlfühl~~ Achtsamkeit
- Vielfalt
- Zeitmangel
- eigene Blockaden / Unsicherheiten / Fantasien (er vertrete Urteile...)
- eigenen Anspruch an mich (denken statt fühlen)