

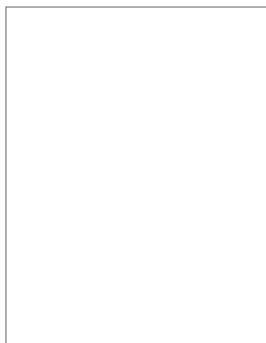
**ÖKODORF-Institut** ☺ [www.gemeinschaften.de](http://www.gemeinschaften.de)  
Seit 1980 Beratung/Adreßvermittlung bei Gemeinschaftssuche/-gründung  
Dipl.-Ing. Karl-Heinz Meyer, Alpenblickstr.12  
D-79737 Herrischried, T.07764-933999



## **20 Jahre Gemeinschaften-Festival 2.-8.Juni 2017** **Überregionale Pfingst-Begegnung für Gemeinschaften, GründerInnen & Interessierte im Taunus bei Frankfurt/Main**

Wir freuen uns, neben neuen Gesichtern viele von unseren Stammgästen seit 1997 wieder zu sehen. Deshalb laden wir alle, die schon mindestens zwei mal ganz beim Festival waren, auf Spendenbasis ein. Ansonsten fallen nur Kosten für Unterkunft & Verpflegung an. Besonders für die Gäste der ersten Festivals ist es sicher spannend zu sehen, wie wir die Begegnungen kontinuierlich weiterentwickelt haben: zusätzlich zu Gemeinschaftsunterkünften und Zeltplätzen gibt es seit einigen Jahren gemütliche Einzel- oder Familienzimmer. Durch die Bezugsgruppe für Eltern & Kinder fühlen sich sowohl Kinder als auch Gäste mit oder ohne Kinder sehr wohl. Die Feedbacks am Ende der Festivals sind seit Jahren sehr positiv. Natürlich freuen wir uns weiterhin über konstruktive Verbesserungsvorschläge. Diesmal gibt es einen **Jubiläumsabend** mit Anekdoten, Filmausschnitten, Würdigungen, einem Ritual.... in Verbindung mit Ainjalis Liedern. Mag jemand diesen Abend mit vorbereiten? **Wer nicht zum Festival kommen kann:** wir freuen uns, wenn ihr uns jetzt schon Beiträge aus euren Festivalerfahrungen schickt: Gedichte, Fotos, Filme.... Oder Texte zu dem was aus euch geworden ist oder wo ihr gelandet seid... Und ihr könnt euch ja die Termine der nächsten Festivals vormerken: 28.12.2017 -2.Januar und 31.Juli - 6.August 2018. **Übernachtungsplätze des kommenden Festivals** in Einzel-/Doppelzimmern werden knapp, bei Interesse bitte gleich Flyer + Anmeldecoupon anfordern bei [oe kodorf@gemeinschaften.de](mailto:oe kodorf@gemeinschaften.de) . Gruppenunterkünfte + Plätze für Zelte/Wohnmobile gibt es noch genug. **Sabine Ainjali & Karl-Heinz Meyer**

### **Programm-Auszug:**



**\*Gemeinschaften beim Festival bisher angemeldet:** **Neue Gemeinschaft Pfalz.** Bericht über **Anastasia-Gemeinschaften** in Deutschland & Europa. **Mehrgenerationenprojekt bei Hamburg:** solidar.Landbau, indiv. Whg..., **Gemeinschaft i.G. bei Erding/Bayern:** Lust auf Leben in der Natur pur? Lust auf Leben in der Jurte? Lust auf Mitaufbau eines Lebensraums für Gemeinschaft. Wir haben eine kleine bio-solidarische Landwirtschaft mit 6ha und freuen uns auf motivierte tatkräftige Menschen! **Gastgeber Hochtaunus.** Gemeinschaften Untertaunus mit Matriachats.Schwerpunkt. Oberbayern mit Traumabearbeitung. Hunsrück. Gemeinschaft **Oberpfalz** u.a. mit Schwerpunkt Freie Energie, Freilernen: sucht Lernbegleiter/in mit Erfahrung in Gestaltung von freiem Lernen. Genauer >Service-Rundbrief Ende April. **Delfingemeinschaft Schwarzwald** mit

ÖKODORF-Institut, eigene Gesundheitskasse etc. **Ein-Neues-Wir & Visiana:** Gemeinschaft im Westerwald mit Flüchtlingen & Veranstaltungen als Impuls für ein Miteinander mit Herz & Visionen. **Gemeinschaften die nicht teilnehmen können**, können jetzt schon Infos zum auslegen oder Filme zum vorführen schicken.

**\*Spannungsfreies und freudvolles Arbeiten:** Erlangen von Bewusstheit über die Art und Weise WIE man arbeitet. Freude und Entspannung werden während der Arbeit erlebbar. Statt entspannen nach der

Arbeit, entspannen während der Arbeit. Mit A'ziem von der Gastgeber-Gemeinschaft.

**\*Mutual Healing Space - miteinander wachsen** mit Johanna & A'ziem (Foto). Jeder ist selbst sein bester Heiler! Nimm alles was Dich - *stört, wütend macht oder provoziert* - als Heilungs- und Wachstumschance. Lass Dein Leben Dein Lehrer sein! Wir zeigen Möglichkeiten auf, wie das gehen kann.

**\*Kinderprogramm** und Unterkunft/Verpflegung für Kinder bis bis 16 Jahre frei, Mithilfe der größeren Kinder erwünscht. U.a. Kindertheater.

**\*Pranawandern** mit Karl-Heinz Meyer 3 Stunden pro Tag möglich: Natur- und Gruppenenergie nutzen für Visionsklärung, Entscheidungsfindung, Konfliktlösung, Gemeinschaftssuche/gründung, Naturgenuß, Heilung.... siehe 4-Min-Film "Pranawandern" bei YouToube.

**\*Augen-Workshop** mit Tara


**\*Neu: Edelstein-Workshop** mit Dagmar Groeneveld: Mit "*Orientierung im Leben*" mache ich ein Angebot für Menschen, die ihr Leben bewusst und gezielt gestalten wollen, im Einklang mit ihren ureigenen Bedürfnissen, Werten und Zielen. Erkenne mithilfe von intuitiv gewählten Edelsteinen, wohin Dich der nächste Schritt in Deinem Leben führen will und welche Qualitäten Deine Seele, Deinen Verstand & Deinen Körper dabei unterstützen. Das führt in die Tiefe, macht Spaß und umgeht elegant und spielerisch jegliche Kopf- oder Egokontrolle.

**\*Teil des Festivalessens: Rohköstliche Salate und Rohkostspezialitäten in der outdoor-Küche!** Bunte Salate, frisches Grün, Wildkräuter- Pesto, Sprossen und Keimlinge, Dips, leckere Dressings... In der Rohkost- Sommerküche gibt es allerlei Gaumenfreuden! Die Rohkostexpertin versorgt euch mit vollwertigen Vitaminbomben, Sonnenkraft und verrät euch ihre Lieblingsrezepte.

\*Gerald von der Gastgebergemeinschaft: **Transformations Workshop** für Dinge im Leben, die sich ändern dürfen unter ZuHilfenaHme verschiedener Heiltechniken. Workshop mit **Schwebe-Massageliege, Biwak-Hütten Bau** zusammen mit dem Kinderfocus und den Kindern im Wald.

**\*Neu: Die Liebe ist frei:** Welche Moral, Ethik und Emotion spricht gegen oder für das eine oder andere Modell? Welche Modelle wurden und werden in Gemeinschaften und Kommunen ausprobiert? Wie lebten und leben matriachale (Stammes-) Kulturen ihre Partnerschaften? Birgit aus Gemeinschaft im Untertaunus

**\*Männerraum & Männerzeit:** Wir stellen einen Raum und Zeit zur Verfügung, wo wir Männer uns zurückziehen und gemeinsam unsere Männlichkeit erleben und erfahren können. In diesem Vertrauensraum beschäftigen wir uns mit Themen wie: Zugang zu unseren Wurzeln, der Ur-Männlichen Kraft, der Schöpferkraft. Was ist das, wie fühlt sich das an, wie können wir das gemeinsam ausleben und uns auch darüber austauschen

 **\*Wir tanzen „die Wave“** (orientiert an den 5 Rhythmen nach Gabrielle Roth). Diese Welle ist für alle, die gerne tanzen oder es entdecken und endlich einen guten Rahmen dafür finden wollen. Es gibt keine Schrittfolge zu lernen, sondern wir hören einfach auf uns selber – durch das Tanzen. Erlaube einfach Deinem Körper und Deinem Atem den Zustand Deines Herzens und Deiner Seele zu bewegen. Die Form der 5 Rhythmen: Flowing – Staccato – Chaos – Lyrik – Stillness - ergeben „die Wave“ - eine Welle von Energie zwischen Vitalität und Stille, die jedes Mal anders ist.

**\*"Therapie mit Vogel":** Peter Fehr spielt den Patienten Rainer und Frau Prof. Dr. Vögele. Die neue Auflage nach dem Erfolg auf dem Festival 2016. Satire, Puppenspiel, Pantomime, Musik zum Einlachen in

die Tage des heiligen Geistes.

**\*Dem Bauch vertrauen – Clown-Improvisation:** Das Clownspiel schult die Fähigkeit, unsere Gefühle und spontanen Impulse zu erspüren und mit dem ganzen Körper auszudrücken. Die humorvollen Begegnungen mit Mitspielern, Objekten und Zuschauern entstehen spielerisch und schenken uns fröhliche Überraschungsmomente. Durch die einfühlsame Anleitung von Techniken aus Qi Gong, Tanz, Clown-Spiel kannst du das Vertrauen zu dir selbst stärken.

**\*Körperübungen für die Traumaheilung.** Trauma + Posttraumatische Belastungsstörung haben sich in das kollektive Bewußtsein der Menschen, in unser persönliches Leben gedrängt - aufgrund einer Zunahme an Kriegen und Naturkatastrophen sowie einer höheren gesellschaftl. Aufmerksamkeit für Traumatisierung. Weil sich die schädlichen Folgen einer Traumatisierung im ganzen Leben auswirken, braucht der Prozeß ihrer Heilung ein neues Modell, das leicht großen Bevölkerungsteilen vermittelt werden kann, über Grenzen von Kulturen hin ausführbar ist und leicht gelernt und als **Selbsthilfe** angewandt werden kann.... leicht in den Alltag unseres normalen Lebens integrierbar. Die Trauma-Entspannungsübungen in diesem Buch sind unter diesem Aspekt entwickelt worden. Die Übungen sind ohne Risiko durchführbar und können von einzelnen Menschen, der Familie, von Selbsthilfegruppen, der lokalen Gemeinde oder großen Bevölkerungsgruppen praktiziert werden. Sie wurden besonders zu dem Zweck entwickelt, die natürlichen Heilungsprozesse, die im menschlichen Körper genetisch angelegt sind, zu aktivieren. Daher können sie mit Menschen aus allen Kulturen der Welt angewendet werden. Obwohl sie einfach zu machen sind, rufen diese Übungen ein mildes psychogenes Zittern hervor, das eine tief entspannende Wirkung auf den Körper haben kann. Jeder, der sich von schwerer Traumatisierung erholt, sollte diese Übungen unter der Anleitung und Supervision eines in körperorientierter Psychotherapie ausgebildeten Begleiters anwenden. **Beim Festival werden die Übungen & das Buch vorgestellt.**

**\*Biodynamische Übungen in Verbindung mit unserem Bauchgehirn.** Gespürt haben wir es schon immer: Druck, Unruhe, Ängste, chronische Ermüdung, Lustlosigkeit und andere Lebensfeinde entstehen im Bauch. Wir praktizieren die „Goldenen Fünf“ – Übungen zur Dynamischen Entspannung, entwickelt von der norwegischen Psychotherapeutin Gerda Boyesen: Der Stresslöser, der Angstfresser, der Lust-und Liebe Turbo, das ultimative Schlaflied und die Glücksspirale. Gudrun

**\*Bezugsgruppen: Als ein Kernpunkt des Festivals** seit 1997 hat sich bewährt, daß sich jeweils ca. 6-12 Gäste täglich für 2 Stunden in gleichbleibender Zusammensetzung treffen – was ein besseres Kennenlernen und tieferen Austausch ermöglicht. Jeweils von verschiedenen Teamer angeleitet, z.B. Redestabrunde, Tanz, Körperübungen, sich beim Gemüseschnippeln kennenlernen... Beim Sylvester-Festival hat gute Resonanz erhalten die **Bezugsgruppe „Bewusste Elternschaft für Eltern mit Kindern“**: Für Eltern, deren Kinder noch nicht in der Kinderbetreuung bleiben wollen oder für Eltern, die Angebote für „bewusste Elternschaft“ nutzen wollen:

- „Spielen schafft Nähe - Nähe löst Konflikte – die die Bindung stärken“
- „Wüten, Toben, Traurig-Sein - starke Gefühle bei Kindern begleiten lernen“
- „Warum Babys weinen“

Gudrun Indlekofer, die diese Gruppe begleitet, ist „Aware-Parenting-Instructor“ und zertifiziert von Aletha Solter, deren gleichnamige Bücher alle im Kösel Verlag erschienen sind. Sie wird diese Gruppe so gestalten, dass Eltern während der Bezugsgruppen-Zeit „Bindungs-Spiel-Tipps“ bekommen und gleich ausprobieren können, sowie Infos für ihre Alltags-Konflikt-Themen mitnehmen werden.

**\*Rotes Zelt für Frauen**, die in ihrer Mondzeit sind oder einfach Rückzugsort/Unterstützung von anderen Frauen brauchen.

### **Angebote der WIR-Gemeinschaft aus dem Westerwald, die mit vielen Geflüchteten lebt:**

**\*Visiana: Musik- & KontaktTRäume** (Micha + Lothar)... mit Liedern, Klangimprovisation und Partner-Kontaktanz. Wir freuen uns auch über mitgebrachte Instrumente / Trommeln.

**\*Salsa & Sinnliches Tanzen** – einfühlsames, spielerisches Tanzen und Miteinander insbes. à la Karibik mit dem Salsa-Circle Rosbach + Gästen der Region.

**\*Sinnliche Begegnungen** – Austausch + Übungen. Schwerpunkt: Wie können wir im Alltag mehr Berührung und

Balance schenken, nonverbale Nähe leben – auch ohne Partner oder Kinder und im Alter? Ich befasse mich mit Sinnlichen Wahrnehmungs-, Kontakt- und Partnertanzformen.

### **\*Workshop Gewaltfreie Kommunikation**

**\*Neu: Mantra-Massage: Sanfte Hände - sanfte Klänge. Mit Bowtech-Massage und Gitarrengesängen.**

Dieser Workshop schenkt Dir körperliche Entspannung und spirituelle Inspiration. Lass Dich von Lunas Händen und Michas Gesang im Innersten berühren. **Bowtech** – die australische Tiefenentspannungsmethode – ist eine dynamische Muskel-und Bindegewebsstechnik, die sanft und effektiv eine Balance zwischen Körper, Seele und Geist herstellen kann. Hinzu kommt Michas sanfte und tief berührende Stimme, die mit intuitiv gesungenen Liedern zur Gitarre die Bowtech-Griffe begleiten.

**Ort:** Gemeinschaft in Butzbach, gute Busverbindung ab Bahnhof Butzbach. Genaue Wegbeschreibung folgt nach Anmeldung.

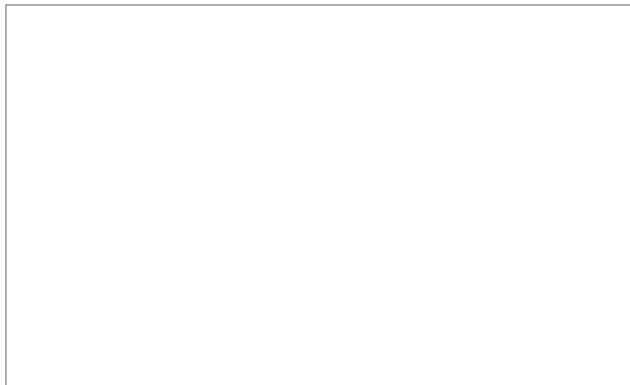


Foto: Festival-Teamtreff

**Mitfahrangebote** bitte anfragen

**Weitere Festival-Infos** + Coupon mit Unterkünften & Preisen: [oe kodorf@gemeinschaften.de](mailto:oe kodorf@gemeinschaften.de)