Philosophie – Reinhold Dür

Ich bin hier, weil
es letztlich kein Entkommen
vor mir selbst gibt.

Ich bleibe so lange auf der Flucht, bis ich mich in Euren Augen und Herzen offenbare. Und ehe ich es nicht ertrage, mein innerstes Geheimnis mit Euch zu teilen, kann ich von diesem nicht befreit werden. Ich werde einsam bleiben.

Wo anders als auf unserem gemeinsamen Grund kann ich solch einen Spiegel finden. Hier in der Gemeinschaft kann ich mir selbst begegnen, nicht als Gigant meiner Träume und nicht als Zwerg meiner Ängste, sondern als Mensch. Hier kann ich Wurzeln schlagen und wachsen, nicht mehr alleine wie im Tode, sondern lebendig für mich und für Euch.

Ich nenne meine Arbeit Prozessorientierte Körperarbeit und
Psychologische Beratung. Habe mindestens 20 Jahre
Aus-und Weiterbildung absolviert in diesem Beruf.

Ich arbeite in Biel und Basel in eigener Praxis für Einzel- und Gruppensitzungen. Begann mit Psychoanalyse und kam dann zu Bioenergetik und Biodynamik, Gestaltkörperabeit und dann bei der Core-Energetik und Diamond-Logos anzukommen. Wegweisende LehrerInnen waren Fred Bouman, Sepp Schönberger, Bernhard Brändli, Gerda, Mona-Lisa und Ebba Boyesen, Clover Southwell, Rainer Pervöltz, Michel Heller, Walid Daw, Marten Alberse, Frank Hladky, John Pierrakos, Arnold Mindell, Stephen Landers und Elena Chvany, Faisal Muqqadam und Weitere.
Und natürlich all meine PartnerInnen, FreundInnen, Kinder...

Ich wählte häufig instinktiv Lehrer/Freunde aus, welche
selber ihrerseits sich an der Grenze im Leben bewegen.

„Ein Lob der Schwäche...
(Buchtitel eines bemerkenswerten Buches von Alexandre Jollien)“.

Ich war nicht so sehr angezogen von Mainstream-Wissen, welches mir oft wie eine Trance oder wie eine Schlaftablette vorkommt. Spüre, dass von Menschen welche sich in Grenzbereichen bewegen oft mehr inspirierte Lebenserfahrung sichtbar werden kann als von Menschen welche sich auf den „Hauptstrassen bewegen“. Ich bin für all diese aufweckenden Begegnungen mit diesen Menschen überaus dankbar.

Obwohl ich viele Werkzeuge und Methoden kennen-ge-lernt habe, geht es in meiner Begleitung von Menschen die bei mir Unterstüzung und Hilfe suchen weit über das Anwenden von Techniken hinaus. Viele Menschen möchten gern, dass ein Begleiter/Therapeut irgendwelche Techniken anwendet. Damit lenkt jemand oft davon ab, dass er seine eigene innere Autorität noch verhindert ins Leben hinein zu wirken. Die eigene innere Autorität zu anerkennen ist aber das wesentliche Ziel einer Behandlung in meiner Praxis – Einzeln und in Gruppen.

Jeder Mensch ist so einzigartig. Und ich kenne keinen erwachsenen Menschen der letztlich nicht selber herausfinden möchte, wie er seine eigene Lebendigkeit leben möchte. So möchte ich am liebsten mit jedem einzelnen Menschen und in jeder Supervision eine eigene Therapie/Prozessbegleitung entwickeln. Was will sich durch diese einzigartige Seele & Körper & Geist im Alltag auf dieser Welt ausdrücken und in Beziehungen zeigen? Viele Menschen sind geprägt von Diagnosen und äusseren Bildern aus unserer Sozialisation und Glaubenssystemen. So fühlen sich viele Menschen in dieser Welt sehr leidvoll fremdbestimmt und merken es nicht.

Wir haben in unserer Kultur verlernt zu fühlen und im Prozess der Gegenwart zu leben. Gefühle und Bewusstsein sind in vielen Bereichen verschüttet und gefroren. Es zeigt sich deutlich durch Probleme, Unwohlsein, (Beziehungs-)Konflikte, Somatisierungen etc. . Welchen Trugbildern erliegen wir da immer wieder?

In unserer Kultur ist in technischen Entwicklungen ein unglaubliches Tempo sichtbar, welches sich mehr und mehr auf uns Menschen übertragen scheint. Dabei ist unsere Seele sehr langsam, braucht ihr eigenes Lebenstempo. Durch angeleiteten Prozess von Spüren und Fühlen Lernen (Einzeln und in Gruppen) bin ich in meiner Praxis mit Freude Begleiter, Freund und Mutmacher den eigenen Rythmus und Selbstkontakt wieder zu entdecken. Die Formen von Körperarbeit und Gespräche können Dir/Ihnen helfen aufzutauen und wieder neu fliessen zu lernen. Durch Arbeit mit Körper und Seele runterkommen von Tempo und Stress „Slow down, calm down...runterfliessen zur Erde, statt ins permanente überhitzte Denken zu investieren. Ich begleite Dich darin, dass Du deine ureigene Lebendigkeit in deinem Körper und in deinem Fühlen wieder entdecken kannst.

Wenn ich mit Frauen und Männer Einzeln oder in der Gruppe arbeite, lasse ich mich führen, überraschen und ich versuche immer wieder Hilfe anzubieten beim Integrieren, Ankommen und sich Niederlassen. Ich lasse mich nicht so schnell beeindrucken durch die dramatischen Seiten des Egos, welches uns (auch mich) immer wieder in neue schwierige Geschichten verwickeln will. So kannst Du mit all deinen Themen die dich/sie in deinem Leben und Alltag beschäftigen zu mir oder in die Gruppe kommen in einer Ambiance von einer tiefen Grundakzeptanz. Etwas was wir uns zumeist von Vater und Mutter wünschten...!?

Etwas vom Allerschwierigsten ist das Sein in der Stille ohne dass sich die ganze Zeit stressende innere Impulse einmischen und uns drängen/pushen. So hat unsere Seele eigentlich grossen Hunger und Durst. Der weibliche Teil in uns Menschen hat einen schweren Stand...zu empfangen ohne dass wir leisten und uns rechtfertigen müssen. So leben wir heute oft in einer permanenten Frustration über unsere nicht lebbaren primären Impulse. Dies kann z.B. in prozesshaften Bioenergetik- , Vegetotherapie-sessions oder auch Massageprozessen gefühlt und erforscht werden. Nach Innen fliessen, empfangen. Mit sich selber in einer gewissen Intimität und Selbstkontakt leben ist etwas vom Schwierigsten und zugleich etwas vom Stärksten dass wir entdecken können. Leben im Alltag, leben im Jetzt!

Flüchten und davonspringen und immer neue Formen von „Kicks und Drives“ finden. Immer auf der Suche. So können wir Menschen uns das letzte und grösste und spannendste Ziel sein, dass wir noch nicht entdeckt und gefunden haben. Du bist das Juwel! Dies mit Dir zusammen zu Entdecken und zu Befreien....dies interessiert mich. Finden wir zusammen eine Art Befreiungsweg den Du entfalten und praktizieren kannst in deinem Alltag? Von der Evolutionsgeschichte des Erdplaneten

und der Menschen her gesehen stehen wir Menschen mit unsere Entwicklung eigentlich erst am Anfang einer enorm spannenden Entwicklungsreise. Die moderne Menschheit ist quasi so jung auf diesem Planeten Erde. So Vieles kann unsere Seele neu entdecken und entwickeln. So zu denken kann Raum öffnen , mehr als wenn wir verzweifelt, selbstbeschuldigend denken wir sollten jetzt doch schon Alles langsam wissen und können...

Ich sehe mich als einfacher Mensch, welcher im Beziehungsfeld auf dem Hintergrund all meiner Erlebnisse und Erkenntnisse „mittanzt“ und schaut, was neu verstanden und integriert werden möchte. All meine Jahre der Ausbildung durch alltägliches Leben mit Frau, Freunden und Kindern und meinen ganzheitlichen körperbezogenen Aus- und Weiterbildungen (Biodynamik, Bioenergetik, Gestalt, Core-Energetic, Diamond Logos) möchten Dich begleiten und helfen zu er-innern „Was deine Seele will“?

Ein wichtiger Job von mir sehe ich darin, alle Gefühle (auch die Verborgenen) auf die alltägliche Lebensbühne zu bringen. Oder mithelfen zu erforschen was die verborgenen Träume mitteilen wollen. Deshalb meine Faszination für die Arbeit mit dem Traumkörper von Arny Mindell.

Denn inneren Richter zu lockern gibt neuen inneren Raum. Keine Körperpsychotherapieausrichtung die ich kenne, die sich nicht dem zu dominanten Ueber-Ich zuwendet. Warum führen wir so grossen Kampf gegen uns, warum tun wir uns dies an? Da ist oft soviel Ueber-Ich und noch zuwenig Ich. Diese Prozesse unterstütze ich durch Gespräche und prozesshafte Körperarbeit je nachdem wie Du unterwegst bist und wie weit Du gehen magst in Einklang mit deinem persönlichen, kulturellen
und geistigen Hintergrund.

Jedenfalls je mehr wir unsere Gefühle spüren, desto mehr nimmt die das Gefühl von Fremdbestimmt sein ab!!! Dazu gibt es sehr nützliche Körperübungen, welche helfen können die verkörperte Seele in Verbindung mit sich Selbst zu fühlen.

Ich möchte deinen Körper und Organismus, deine Gefühle ermutigen seinen Impulsen zu folgen von einem inneren Platz des Los-lassens. Gerda Boyesen, meine erste Lehrerin sagte oft „der Körper weiss, was er will/braucht..." Auch erforschen, was Dich hindert. Schön zu wissen, dass fliessende E-motion-en irgendwie immer zum Herzen führen!

Bin auch sehr interessiert mit Dir auch Neuland zu erforschen. Da bewegen wir uns an der Grenze zwischen Wissen und Nichtwissen, Können und Nichtkönnen. Da mag Leere oder Langeweile mit Dir selber auftauchen. Das mag sich in Schwächezuständen (vielleicht Burnout Diagnose) oder in Gefühlen, dass Etwas in Dir Sterben will manifestieren. Da zeigt sich in Dir vielleicht ein Gefühl von Impotenz, Unfähig sein. In diesen Grenzbereichen sich aufzuhalten macht meist

enorm Angst. Die meisten von uns sind tief konditioniert damit, was wir eigentlich Können sollten. Schwach sein löst möglicherweise schmerzliche Gefühle aus von Ausgeschlossen sein oder Verlassen zu werden. Wenn wir uns in diesen schwierigen Zonen welche mit Trauma oder Tabu belegt sind aufhalten und unseren Körper dazu bewegen können wir viel neuen
Raum dazugewinnen.

Durch meine eigene durchlebte Lebensgeschichte freue ich mich bzw. traue ich mir zu Dich in kürzern oder längeren Einzel- und Gruppenprozessen durch diese Stationen hindurch zu begleiten zu neuen starken, kräftigen, vollen Plätzen, wo Du dich vom Leben neu zum Tanz eingeladen fühlst....und mehr als nur kurze Augenblicke in unabhängigem freien
Wohlbefinden verweilen kannst.

Aus meinen Ausführungen leitet sich ab, dass meine Begleitung eine Art menschlicher Weg der Erforschung unseres Innenraumes darstellt. Denn wir sehen die Aussenwelt je nachdem was wir Innen spüren... die äussere Welt ist somit auch in uns. Und unabhängig davon wo Du unterwegs bist begegnest Du immer wieder Dir selbst!