



— EMPOWERING HEISST, MENSCHEN ZU BEFÄHIGEN, IHRE POTENZIALE ZUM BLÜHEN UND IN DIE WELT ZU BRINGEN. —

GEMEINSCHAFT IN DER STADT

IM MITEINANDER DAS EIGENE POTENZIAL ENTFALTEN

Der Empowering Circle ist ein urbanes Netzwerknetzwerk. Es bringt in München Menschen zusammen, die gemeinsam ihr Potenzial entfalten und einen Raum schaffen möchten, in dem sie über Achtsamkeit, Spiritualität oder einen nachhaltigen Lebensstil ins Gespräch kommen und einander unterstützen können. Wir sprachen mit Ingrid Gardill und Peter Braun aus der Leitung des Vereins über gemeinschaftliches Wirken in der Stadt.

evolve: Was ist aus eurer Sicht das Grundanliegen des Empowering Circle?

Peter Braun: Ins Leben gerufen hat den Verein der Psychologe, Teamtrainer und ehemalige Manager Christoph Knott, der eine Coaching-Ausbildung »Spiritualität und Führung« anbietet. Sinn der Vereinsgründung war zunächst, den Menschen aus den Ausbildungsgruppen eine Plattform zu bieten, um miteinander in Verbindung bleiben zu können und gemeinsam ihre Potenziale in die Welt zu bringen. Der Begriff Empowering Circle bezieht sich auf die Idee der Potenzialentfaltung. Empowering heißt, Menschen zu befähigen, ihre Potenziale zum Blühen und in die Welt zu bringen. In diesem Sinne haben sich Menschen, die sich für ein Thema begeistern, mit anderen dazu zusammengefunden. So entstanden kontinuierliche Gruppen zu Themen wie »Gemeinsam Heilen«, »Lehren und Lernen«, »Achtsamkeit im Alltag«, »Coaching«. Aus solchen Interessen sind auch unsere Veranstaltungen entstanden,

wie z. B. mit dem Zukunftsforscher Franz Josef Radermacher oder Christian Felber zum Thema Gemeinwohlökonomie. Es gibt zudem einen monatlichen Stammtisch, wo wir uns zu aktuellen Themen austauschen, die die Menschen ins Gespräch einbringen, und auch immer wieder Feste, zu denen wir uns treffen. Und einmal im Jahr veranstalten wir einen Empowering Day, wo wir darüber reflektieren, wo wir als Gemeinschaft stehen und wie wir uns weiterentwickeln können. Zusätzlich gibt es seit einiger Zeit eine Kommunikationsliste, wo man ganz unkompliziert Menschen ansprechen kann, wenn man jemanden sucht, um gemeinsam einen Film, einen Vortrag oder eine Ausstellung zu besuchen.

Ingrid Gardill: Für mich ganz persönlich ist der Empowering Circle auch so etwas wie eine spirituelle Heimat geworden. Es gibt einen festen Kreis von Menschen, unter denen eine besondere Achtsamkeit lebt. Und auf dieser Basis können wir uns auch auf einer tieferen Ebene austauschen.

e: Ingrid, du sagst, dass der Empowering Circle für dich eine spirituelle Heimat ist. Wie erlebst du diese spirituelle Verbindung?

IG: Ich kam vor sieben Jahren zum ersten Mal zu einer Veranstaltung des Empowering Circle, dabei ging es um Alternativen zum jetzigen Schulsystem. Schon als ich den Veranstaltungsraum betrat, erlebte ich eine besondere Atmosphäre. Man wurde an der Tür freundlich empfangen und der Umgang der Leute miteinander war ganz anders als sonst. Es war wirklich ein Miteinander, ich habe eine Verbindung gespürt, obwohl wir uns nicht kannten. Zu Beginn gab es eine öffentliche Meditation. Das machen wir immer bei den großen Veranstaltungen und auch bei unseren regelmäßigen Treffen, um uns gemeinsam einzuschwingen und auf das Thema auszurichten. Damals war das neu für mich; ich war eher eine kopforientierte Intellektuelle, habe aber diese spirituelle Ebene gesucht. Dabei bin ich leider auch immer wieder auf Dogmatiker gestoßen,

die eher eingrenzen und einschränken. Mit dem Empowering Circle fand ich ein Netzwerk, das mir einen Freiraum lässt, mich aber in meiner Persönlichkeitsentwicklung weiterbringt.

e: Wie ist eure Erfahrung mit der Verbindlichkeit der Teilnahme an den Treffen? Bei der Vielzahl der Angebote in einer Stadt wie München ist es sicher nicht so leicht, einen Kreis mit einer gewissen Kontinuität zu entwickeln.

PB: Ja, die Menschen haben immer weniger Zeit und sind im Alltag sehr gefordert. Zumindest erleben sie es so und sind darum auch immer weniger bereit, ein Commitment einzugehen. Mit dem Empowering Circle wollen wir diesem zunehmenden Stress etwas entgegensetzen und Räume zum Innehalten anbieten. Nur dadurch finden wir im Trubel eine Sehnsucht, einen Wunsch, eine Herzensangelegenheit, ein Potenzial, das im Alltag schnell untergeht. Der Empowering Circle will eine Plattform sein, die Menschen darin unterstützt, dass dieser kleine Funken zu einer Flamme wird.

IG: Die Verbindlichkeit der Teilnahme und aktiven Mitwirkung ist ein Thema, das wir immer wieder besprechen, denn wir wollen kein Verein sein, bei dem ein Vorstand Angebote vorschlägt und umsetzt, sondern es geht um die eigene Initiative und Begeisterung. Daraus leben die Gemeinschaft und auch die thematischen Gruppen.

In einer Großstadt wird immer viel geboten, was verlockend, vielversprechend und gewinnbringend klingt und vielleicht auch ist. Da haben wir es mit unseren Themen nicht ganz leicht, denn oft bedeutet es

ja auch, dass wir aus unserer Komfortzone herauskommen müssen, um etwas Neues, Unbekanntes anzugehen, oder dass wir uns mit jemandem zusammentun, den wir vielleicht noch gar nicht so gut kennen. Eine echte Herausforderung also für jeden aus der Gruppe, die einen gewissen Mut erfordert.

e: Was ist für die Mitglieder und auch für euch das besonders Bereichernde an diesem Netzwerk?

PB: Wenn wir die Leute fragen, dann wird oft Verbindung und Gemeinschaft genannt. Was der Einzelne in dieser Verbindung findet, ist sicher auch verschieden. Für mich ist es wertvoll, zu verschiedenen Themen mit Menschen zu sprechen, die anderer Meinung sind, von denen ich aber weiß, dass wir in der Tiefe verbunden sind. Wenn im Alltag unterschiedliche Meinungen aufeinandertreffen, ist es oft schwierig, wirklich zuzuhören. Im Empowering Circle kann ich tiefer diskutieren, mir eine andere Meinung anhören und meine eigene Meinung überdenken.

IG: Ja, in der Gruppe kann man das aktive und achtsame Zuhören üben. Und den Menschen tut es gut, aus einem leistungsorientierten Alltag in einen Bereich zu kommen, wo man sich nicht zweckorientiert, nutzenorientiert und effektiv begegnet, sondern wo man einfach da sein darf und einen Raum findet, um Interessen zu vertiefen, in Dialog zu kommen, sich neu zu erfahren und Gemeinschaft zu spüren.

e: Die Potenzialentwicklung ist die Grundidee eures Kreises. Habt ihr das Gefühl, dass dieser Anspruch eingelöst wird?

PB: Ja, ich denke schon. Vor einiger Zeit traf ich eine Dame, die bei einer unserer Veranstaltungen zum Thema alternative Schulformen war. Sie erzählte mir, dass diese Erfahrung ihr Leben verändert hat, weil sie sie beflügelte, in der Erziehung ihrer Kinder neue Wege zu gehen.

IG: Ein Beispiel ist auch eines meiner Projekte, das aus dem Empowering Circle entstanden ist. Es ist ein jährlich erscheinendes Kunstbuch, das ich mit der Künstlerin und Verlegerin Martina Kolle begonnen habe, die ich im Empowering Circle kennengelernt habe. Es basiert auf der Idee, Künstler aus aller Welt zu präsentieren und damit sichtbar zu machen und zu fördern.

Oder ein anderes Beispiel ist eine Frau aus unserem Kreis, die eine Ausbildung in Biodanza gemacht hat und sich damit langsam selbstständig machen wollte. Es fand sich eine Gruppe, mit der sie ihre Arbeit ausprobieren konnte und sie hat dabei ihre Wirkkraft deutlich erfahren. Das war ein geschützter Rahmen mit wohlwollenden Menschen, der ihr den Mut gab, solche Workshops anzubieten, womit sie jetzt erfolgreich ist. Auf diese Weise werden Menschen unterstützt, ihr eigenes Potenzial zu spüren und es in die Welt zu bringen. In diesem Sinne ist der Empowering Circle auch ein Experimentierraum für Potenzialentfaltung. ▀

Das Gespräch führte Mike Kauschke.



DR. INGRID GARDILL ist freiberufliche Kunsthistorikerin, Texterin und Kuratorin. Sie engagiert sich unter anderem im Kunstverein »Kunstkreis Gräfelfing«, im Münchner Verein zur Bewusstseinsbildung »Empowering Circle« und im Bereich der Anthroposophie.

PETER BRAUN studierte Elektrotechnik und arbeitet als Projektleiter und Berater in einem Software-Unternehmen. Eine Burnout-Erfahrung führte ihn zu einem anderen Umgang mit Leben und Arbeit. www.empowering-circle.org