

Im mehr als 5000 Jahre alten Mythos von Inanna wird auf großartige Weise der Weg zur Heilung, Integration und zum Wachstum der weiblichen Seele und des Weiblichen im Mann erzählt.

Der erste Teil der Überlieferung beschreibt die Entwicklung der jungen Inanna zur Königin der Natur und der Stadt - sie vertreibt ihre ungezügelt archaischen Impulse, nimmt ihren Körper und ihre Sexualität an und erringt zusätzlich die Fähigkeiten der Zivilisation.

Dennoch ist sie unvollständig - Ereshkigal, ihre dunkle Schwester, ist in die Unterwelt verbannt. Der Abstieg zu ihr wird für Inanna zu einer Erfahrung von Tod und Wiedergeburt.

Ereshkigal wird gehört und getröstet und Inanna kehrt mit dem Bewusstsein der Notwendigkeit zurück, die dunkle Seite zu würdigen - auch ihr Mann Dumtzi muß schließlich zeitweise in die Unterwelt, auch wenn oder gerade weil er vor ihr flieht.

"Der Mythos ist ... eine Beschreibung, wie psychische Gesundheit des Weiblichen in Frauen und Männern aussehen kann. Er stellt ein Modell für den Kreislauf von Inkarnation und Auferstehung der gesunden Seele dar und damit einen Prozess, der die Heilung fördern kann ... Dieser Abstieg hat aber auch zum Ziel, lange verdrängte Werte wiederzugewinnen, um Oben und Unten zu einem neuen Muster zu vereinen." (Pereira S. 17)

In unserem Workshop folgen wir dem Weg der Inanna auf kreative Weise. Methoden der Körperarbeit, der Gestalttherapie, Inszenierungen und Rollenspiel, Imagination und kreative Techniken ermöglichen ein tiefes und dennoch auch lustvolles und nährendes Erleben.

Der Weg, Inanna im eigenen Erleben zu folgen, ermöglicht etwas tieferes und dauerhafteres als bloße Erkenntnis: die Erfahrung auf allen Ebenen.



Die Geschichte der Inanna ist eine der ersten überlieferten Heldenreisen der Menschheitsgeschichte. Wie alle Heldenreisen handelt sie von wesentlichen Schritten des seelischen Wachstums- und Reifungsprozesses. Sie beschreibt den Aufbruch, die Auseinandersetzung mit der sexuellen und sozialen Identität, die Konfrontation mit der dunklen Seite, Tod und Auferstehung.

Dem Inanna-Mythos in Form eines Gestalt-Rituales zu folgen, eröffnet die Möglichkeit, uralte und dennoch unverändert aktuelle Weisheit für wichtige und machtvoll Erfahrung zu nutzen.

Die Reise der Inanna ist eine Art "archetypisch weiblicher" Heldenreise, der Weg nach unten und innen statt nach oben und außen, gleichermaßen wichtig für Frauen wie Männer.

Ein Zitat von Silvia Brinton Perera, das erläutert, warum die Beschäftigung mit Inanna für Männer gleichermaßen wichtig ist wie für Frauen: " ... bis vor kurzem - und dann oft erst in der zweiten Hälfte des Lebens - [bestand] für die meisten Männer keine Notwendigkeit ..., in verdrängte Tiefen einzutauchen, wenn sie sich gleich anfangs von der Kindheit befreien und sich mit den Idealen ihrer Kultur identifizieren konnten; denn sie wurden von der Außenwelt ohne Dissonanz zu ihrem Innersten unterstützt. Da es jedoch kein kollektiv sanktioniertes ganzheitliches Muster mehr gibt, nach dem sich die Entwicklung des männlichen Ego vollziehen könnte, und das Ideal des Helden-Ego ebenfalls als unpassend empfunden wird, sind die Männer zunehmend dazu gezwungen, mit ihren eigenen Tiefen auf andere Weise umzugehen und den persönlichen Abstieg zu wagen, der es ihnen ermöglicht, ihre verdrängten Instinktmuster wiederzufinden." (Perera, S. 157)

Wir empfehlen folgendes Buch zum Thema: Silvia Brinton Perera: Der Weg zur Göttin der Tiefe. Ansata Verlag.

## Hintergrund der Ritualen Gestaltarbeit

Unsere Technik, die Rituelle Gestaltarbeit, geht auf den amerikanischen Theaterpädagogen und Gestalttherapeuten Paul Rebillot zurück.

Die großen Mythen beschreiben zentrale Fragen des Menschseins.

Sie nur zu hören oder zu sehen, um aus ihnen zu lernen, genügt in der heutigen Zeit der Reizüberflutung nicht mehr. Deshalb haben wir "Gruppenprozesse" wie den Inanna-Workshop geschaffen, neue "Rituale" auf dem Hintergrund der Gestalttherapie und der Jungschen Psychologie, in denen die Themen der mythischen Erzählungen durch Übungen und Dramatisierung direkt zugänglich und erfahrbar werden.

## Die Leitung



Foto Jörg Lühmann

Sonja Mittermair

Ich bin Pädagogin, Gestalttherapeutin, Tanztherapeutin und Coach und bilde in Systemischem Gestalt-Coaching und Transformativer Tanztherapie aus. Ich lebe mit meiner Familie bei Wasserburg am Inn.

Franz Mittermair

Ich bin Diplompädagoge, Gestalt-Körpertherapeut, Coach, Buchautor, Verleger, Mitbegründer des Instituts für Gestalt und Erfahrung und Ausbilder in Gestalttherapie und Coaching und lebe mit meiner Familie bei Wasserburg am Inn.

## Anmeldung

### Der Weg der Inanna

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Workshop "Der Weg der Inanna" vom 18. - 23. März 2018 an.

Name

Beruf

Strasse

PLZ, Ort

Telefon/Email

Geburtsdatum

Die Rücktrittsbedingungen erkenne ich an.

Mir ist bekannt, daß die Teilnahme an diesem Workshop auf eigene Verantwortung stattfindet.

Datum der Anmeldung

Unterschrift

Anmeldung an:  
Institut für Gestalt und Erfahrung  
Am Förchet 2  
D-83547 Penzing / Wasserburg am Inn  
Tel. +49-(0)8071/103 489  
fm@heldenreise.de  
www.heldenreise.de



## Organisatorisches

Für den Workshop "Der Weg der Inanna" treffen wir uns im Seminarhaus Holzmannstett bei Pfaffing, nahe Wasserburg am Inn.

Die Leitung liegt bei Sonja und Franz Mittermair.

Das Seminar beginnt am Sonntag um 18.00 Uhr und endet am Freitag um ca. 14.00 Uhr.

Wir machen den Workshop ab 6 Personen und nehmen maximal 15 mit.

Die Kursgebühr beträgt 590 Euro + 19% MwSt. (Ausbildungsteilnehmer mehrwertsteuerfrei). Für Unterkunft und Verpflegung fallen ca. 325- 450 Euro an.

Ermäßigungen sind möglich. Bitte ruf uns an.

Rücktrittsbedingungen

Der Rücktritt von der Anmeldung bis 4 Wochen vor Beginn des Workshops ist kostenlos, später wird die Kursgebühr fällig, es sei denn, es wird ein Ersatzteilnehmer gestellt.

**Veranstalter**

**Institut für Gestalt und Erfahrung**

Franz Mittermair Dipl. Päd.  
Am Förchet 2  
D-83547 Penzing / Wbg.  
Tel. +49-(0)8071-103 489  
eMail fm@heldenreise.de

# Der Weg der Inanna



18. - 23. März 2018

ein Seminar  
für Männer und Frauen  
zur kreativen Entwicklung  
der Persönlichkeit

Seminarhaus  
Holzmannstett  
bei Wasserburg am Inn



Institut für Gestalt und Erfahrung