



Newsletter September - Sogno di Vita

Die Welt ist im Umbruch, so auch wir! In den Herbergen, der Stiftung und unserem Verein durften wir über die Sommermonate sehr viel Neues in Bewegung bringen: Unser Team ist gewachsen, der Garten in Ringgenberg lädt wieder zum Erholen ein und auch dieser Newsletter erstrahlt in einem neuen Glanz.

Weiter durften wir viele Menschen in unseren Herbergen in Ringgenberg und Tegna begleiten und unterstützen. Im Licht der Sonne füllten wir unsere Energiereserven auf und natürlich ging es auch für die meisten von uns in die wohlverdienten Ferien.

Nun steht bald der Herbst an und wir sind gespannt auf zahlreiche wunderbare Begegnungen und Erlebnisse. Unsere Angebote und Retreats für den Herbst und auch die Weihnachtszeit findet Ihr weiter unten im Newsletter - auf Eure Anmeldungen freuen wir uns!

Nun wünschen wir Euch einen wunderschönen Sommerabschluss und einen ruhigen Herbstbeginn.

Alles Gute!
Eure Sogno di Vita-Stiftung



Aus den Herbergen

Visionshaus Ringgenberg - Gartenträume werden wahr

Das Visionshaus Ringgenberg liegt in einer malerischen Landschaft an den Hängen des Brienersees. Diesen Sommer wird der Umschwung der Liegenschaft in einen wunderschönen Naturgarten verwandelt, in dem sich unsere Gäste wohlfühlen, verweilen und ihren individuellen Aufgaben nachgehen können. Die Spuren des Unwetters im Juni 2021 sind damit Geschichte.

Mit viel Sorgfalt, Ausdauer und Körperkraft gestalteten die Gartenbauarbeiter*innen in den vergangenen Wochen mehrere wildschöne Trockensteinmauern, Treppen, Wege und Plätze aus Naturmaterialien. Als weiterer Schritt erfolgt nun die Bepflanzung der Umgebung mit einheimischen Pflanzenwesen. Ein Naturwall oberhalb des Hauses schützt das Visionshaus in Zukunft vor weiteren Unwettern.



Aus dem Casa Betulla



Gender neu definiert

Wie stets in dieser Jahreszeit erfreut sich unser Haus grosser Beliebtheit. Der Tessiner Sommer lockt und viele Menschen suchen bei uns Unterstützung und Begleitung in herausfordernden Lebenssituationen.

Die Aktualität ruft uns zu einer vertieften Auseinandersetzung mit der Gender-Thematik auf. Gerade die jüngere Generation von Gästen bringt dies zum Ausdruck. Beziehungsformen und Rollenbilder verändern sich laufend. Geschlecht wird nicht nur mehr über die Biologie des Körpers und die Sexualität definiert, sondern umfassender auch über die Geschlechtsidentität und den eigenen Ausdruck.

Wer sich in diese Thematik vertiefen möchte, findet spannende Beiträge und eine interessante Podcast-Reihe aus dem Stapferhaus in Zusammenarbeit mit Radio Argovia:

<https://stapferhaus.ch/sammlung/geschlecht/podcast/>

Es wird zum Beispiel über die Möglichkeiten und Herausforderungen von verschiedenen Beziehungsmodellen diskutiert. Oder welche Rolle die Sprache im Streben nach einer gerechteren Welt spielt. Auch interessant ist der Austausch, was es heisst Vielfalt zu leben und wie eine Welt aussieht, die alle Geschlechter anerkennt.

Ein umfangreiches Genderglossar mit allen aktuellen Begriffen ist auf <https://genderdings.de/> zu finden.

Ebenfalls sehenswert und sehr informativ: SRF Sternstunde Philosophie: "Mann oder Frau - eine Frage des Gefühls?"

<https://www.srf.ch/play/tv/sternstunde-philosophie/video/mann-oder-frau---eine-frage-des-gefuehls?>

Das Casa Betulla-Team wünscht euch eine lebendige Auseinandersetzung!



Ausbildungen

Medizinradkurse «Weg des Herzens»

Dieses Jahr haben zwanzig Teilnehmer*innen den Medizinradkurs «Weg des Herzens» unter die Füsse genommen und mit vielen Herzens-Berührungen den 1. Zyklus im Juni abgeschlossen. Zum ersten Mal haben wir die Überlieferungen des Medizinrades innerhalb eines halben Jahres vermittelt. 16 Teilnehmer*innen gehen nun in die mehrtägigen Kurse im Seminarhaus Riedt in der Nähe von Bern, um diesen Weg mit weiteren Erfahrungen zu vertiefen.

Mit dem Abschluss des 1. Zyklus haben wir auch die Räumlichkeiten im Marici-Yoga in Zürich nach 10 Jahren losgelassen. Neu finden die einzelnen Kurstage in Zürich in den gemütlichen Räumen an der Gerhardstrasse, in der Nähe des Bahnhofs Wiedikon, statt.

Im März führte es uns wegen eines unerwarteten Zwischenfalls nicht wie geplant in ein Seminarhaus in der Nähe von Bern, sondern für die «3. Klässler» ging es auf die schöne Schweibenalp. Unsere Gruppe verbrachte fünf sonnige Tage in der schönen Bergwelt - in einem hellen, achteckigen Kursraum. Die Temperaturen draussen waren zwar noch kühl, doch das hinderte uns nicht daran, zwischen den weidenden Gemsen unsere Zeremonien in der naheliegenden Natur zu machen. Wir praktizierten morgens mit der dort lebenden Gemeinschaft und beendeten die Medizinrad-Kurstage mit einer gemeinsamen Feuerzeremonie.

Der zweite 5-Tageskurs im Juni fand im Stelserhof im Prättigau statt. Im gemütlichen Kurshaus tauchten wir in weitere Belehrungen des Medizinrades ein und nutzten die Umgebung für die tiefere Begegnung mit unserem Selbst. Mit diesem Kurs beendeten acht wunderbare Frauen die Grundausbildung des Medizinrades. Diese Klasse wird nun ab nächstem Jahr von Gillian weitergeführt.

In allen Kursen der Grundausbildung wurde das Angebot als Assistent*in zu begleiten, regelmässig genutzt. Die Möglichkeit das Erlernte wieder zu hören, neu zu verstehen und tiefer zu begreifen, wird geschätzt und bietet eine gute Möglichkeit die Lehren des Medizinrades zu üben und hinaus ins Leben zu tragen.

Gillian bietet für unsere langjährigen Teilnehmer*innen drei mehrtägige Module an und trifft sich mit ihnen im Centro Arte in Graubünden. Der Fokus dieser Kurse ist es, das Wissen des Medizinrades konkret erfahrbar und im Alltag integrierbar zu machen. Erfahrungen und Erlebnisse aus dem Alltag werden ausgetauscht, mit den Rädern des Medizinrades verbunden und in der Gemeinschaft ausgetragen. Mit den Zeremonien in der umliegenden Natur vertiefen wir unsere Innenschau.

Der Rückzug im März 2022 hat Gillian zusammen mit Anja Mays, langjährige Schülerin und Assistentin von Angaangak, der Schamane aus Grönland, gestaltet. Wir haben mit ihr einen «Schamanischen Walk» erlebt und waren alle tief davon berührt. Weitere gemeinsame Projekte sind in Planung. In diesen Modulen mischen sich nun die ehemaligen Klassen mit Wesen aus der Grundausbildung. In den vergangenen Kursen waren alle Teilnehmer*innen, die langjährigen sowie auch die neuen, froh um diese bereichernden Begegnungen.

Andrea und Gillian

Interne Weiterbildung



Mittagspause beim Stimmenseminar. Nach einem feinen Essen im Garten Schertenleib. Schattenplätze sind begehrt!

Stimmenseminar bei Akin Schertenleib

Im Rahmen unserer Weiterbildungstage haben 14 Mitarbeiter*innen und einige Mitglieder vom Stiftungs- und Verwaltungsrat an einem Wochenende am Stimmenseminar bei Akin Schertenleib in Solothurn teilgenommen.

Auf spielerisch-lustvolle und ganzheitliche Art und Weise haben wir uns dem Ausdruck und der Sehnsucht unserer Stimmen gewidmet. Bewegung, Atemtechnik, Massage, Circle-Songs, Stimm-Improvisation. Mit viel Tiefgang und Freude, und mit Hilfe der fachkundigen Inputs von Akin, haben wir uns alle auf wundervolle Art und Weise zum Klingen gebracht.

Es war tiefberührend, was wir zusammen erleben durften! Aus diesem Wochenende ist der Wunsch entstanden diese Arbeit fortzusetzen, und so werden wir im 2023 zu weiteren Klang-Tagen bei Akin zusammenfinden.

Unsere Angebote

Retreat: «Krise als Chance zur Wende»

Seit März 2022 bietet das Visionshaus Ringgenberg erneut das Angebot «Krise als Chance zur Wende» an. Die Wiederaufnahme des ehemaligen Angebotes stösst auf grosse Nachfrage und Resonanz. Zahlreiche Gäste durften wir in den letzten Wochen und Monaten in ihren tiefgehenden und bewegenden Prozessen begleiten. Die Prozessarbeit «Krise als Chance zur Wende» lädt ein, sich selber in der Tiefe zu begegnen. Es zeigt den Gästen Wege und Instrumente, wie das Potential, welches hinter einer persönlichen Krise schlummert, geweckt und entfaltet werden kann.

[Mehr zum Angebot](#)

«Von der Fülle zur Innenschau»

Aktuell und bis zum 21. September besteht die Möglichkeit im Rahmen unseres Angebots «Im Rhythmus der vier Jahreszeiten», der Kraft und Qualität des Sommers zu begegnen. Der Sommer in seiner Pracht steht für Fülle, sowohl im Innen als auch im Aussen. Fühlst du dich gerufen, dich der Fülle und Schönheit in dir zuzuwenden, sie zu feiern und diese ins Leben zu verschenken...?

Oder ist es eher der Blick nach innen, der demnächst ansteht...? Ab Mitte September widmen wir uns der Kraft des Herbstes und damit unserer Innenschau. Zeit, um die Ernte in Empfang zu nehmen und das zu würdigen, was wir erschaffen haben. Was uns nicht mehr dient, kann dabei losgelassen werden.

Alle Jahreszeiten-Angebote dauern eine Woche von Sonntag bis Sonntag.

[Mehr dazu](#)

Angebots-Ausblick für Weihnachten: Stille Retreat

Im Zusammenhang mit «Innenschau» und als kleiner Ausblick erwähnen wir hier gerne auch bereits das Stille Retreat vor Weihnachten. In der Stille liegt die Kraft. Seit jeher haben sich Menschen in die Stille zurückgezogen, um Einkehr zu halten, zur Ruhe zu kommen und in sich zu lauschen. Das Stille Retreat ist eine wunderbare Gelegenheit zum Innehalten und Reflektieren.

Themenwanderung am 11. September im Berner Jura

Die nächste Themenwanderung findet am 11. September in den Höhen des Berner Jura statt. Während dieser Wanderung geht es darum, sich vielseitig von der Nordkraft berühren zu lassen.

Treffpunkt ist um 10:45 beim Bahnhof Biel beim Gleis 10. Mit ÖV wird bis Lamboing weitergereist. Hier startet die Wanderung und wird in Près d'Orvin abgerundet.

Für die Verpflegung müssen die Teilnehmenden selber besorgt sein, sowie auch für gutes Schuhwerk und angepasste Kleidung. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. Die Anmeldung erfolgt unter: verein@stiftung-lebenstraum.ch

Kabarettistischer Vereinsanlass am 6. November in Ascona

«ENDLICH - Ein Stück für immer»

Ein Chansonkabarett von und mit Judith Bach – überraschend, zart und frech. Judith, selbst mal Medizinradschülerin, wurde vor Jahren von Emil Neff ermuntert, eigene Solostücke zu kreieren und zu spielen. Und so wird uns Judith mit ihrem zweiten Soloprogramm erfreuen (empfohlen ab 12 Jahren).

<https://www.judithbach.net>

Datum - Ort - Programm

Sonntag, 6. November 2022

Teatro del Gatto, Ascona

12.30 Uhr Mittagessen (offeriert für Vereinsmitglieder)

14.30 – 16.00 Uhr Vorführung (offeriert für Vereinsmitglieder)

Anmeldung bis am 30. September an verein@stiftung-lebenstraum.ch

Hin- und Rückreise ist bequem mit dem Zug möglich.

Es würde uns sehr freuen, viele Interessierte an unseren Anlässen begrüßen zu dürfen.

Für den Verein:

Gillian, Rita, Sarah, Christof und Juderico

Aus dem Stiftungsrat



Stiftungsrat an seiner Sitzung am 5. Juli 2022 in Zürich. Vlnr: Rita Jungo, Andrea Meier, Katrin Lange, Heinz Schmidli und Urs Matter.

Der Stiftungsrat trägt die Verantwortung für die wirtschaftliche und thematische Entwicklung der Stiftung und unterstützt in enger Zusammenarbeit mit den Herbergen, der Ausbildung und dem Verein die weitere Entwicklung der Institution. Aktuell besteht der Stiftungsrat aus fünf Mitgliedern, die sich vier Mal pro Jahr zur Stiftungsratssitzung treffen. Neben vielen wiederkehrenden Themen sind wir derzeit daran, die Kommunikation der Stiftung weiter zu verbessern und haben dazu Tanja Kühne als Kommunikationsspezialistin mit ins Boot geholt.

Kommunikationsspezialistin Tanja Kühne



Hallo, ich bin Tanja und ich freue mich, seit Juni 2022 bei der Stiftung dabei zu sein. Ich identifiziere mich sehr mit dem Schaffen und Wirken der Stiftung. Das kommt etwa daher, dass ich nicht nur als selbständige Kommunikationsspezialistin arbeite, sondern auch als zertifizierte Mentaltrainerin und ganzheitlicher Business & Life Coach wirke.

Meine praktische Kommunikationserfahrung habe ich mir in über 6 Jahren im In- und Ausland sowie diversen beruflichen Stationen u.A. beim SRF, Flughafen Zürich und der Aargauer Zeitung angeeignet. Mein Bachelor in Organisationskommunikation (Abschluss 2016 ZHAW) unterstützt mich auch heute noch dabei, die grösseren Zusammenhänge zu sehen und die geeigneten Kommunikationsmassnahmen bewusst einzusetzen.

Ich freue mich auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit. Mehr über mich findet Ihr auf meiner [Webseite](#) und den Sozialen Medien:



Stiftung Lebenstraum
Fondazione Sogno di Vita
Campi Grandi di Sotto 9, 6652 Tegna

Diese E-Mail wurde an {{contact.EMAIL}} gesendet.
Sie haben die E-Mail erhalten, weil Sie sich für den Newsletter angemeldet haben.

[Abbestellen](#)

