

# **Woher kann dem Menschen die Kraft zufließen, die Depressionen und Ängste der Gegenwart durch reale Zukunftsperspektiven zu überwinden?**

**Ein Zweitagesseminar in Herbrechtingen und  
Ergoldingen mit  
Dr. med. Jens Edrich und  
einem Vortrag von Heinz Grill**

**vom Samstag den 2.11.24; 13.30 Uhr  
bis zum Sonntag den 3.11.24 Uhr**



Die Abbildung zeigt die Gestalt Ahrimans, wie sie auf einer von Rudolf Steiner angeregten Darstellung des sogenannten Menschheitsrepräsentanten zu finden ist. Sie kann in gewisser Weise als diejenige Kraft wahrgenommen werden, die aller Depression und Angst zugrunde liegt und den Menschen in die Tiefe zu ziehen sucht.

## **Zum Inhalt des Seminars:**

Betrachtet man die gegenwärtige Menschheit mit ihren vielfältigen Sorgen und Zukunftsängsten und die sich zugleich am Horizont abzeichnenden Kriegsszenarien, so kann einen auf der einen Seite unweigerlich ein Gefühl der Depression und Ausweglosigkeit beschleichen. Auf der anderen Seite wiederum neigt der Mensch dazu, die Situation nicht in ihrer ganzen Tragweite in Betracht zu nehmen, sondern sie sich schön zu reden, ja sich in alltäglicher Betriebsamkeit abzulenken oder sich gar in regelrecht manisch-euphorische Stimmungen zu fliehen, in denen er bereits den Beginn einer neuen Weltordnung und Ära feiert, während der nahe Abgrund noch kaum real wahrgenommen wird.

Depression und Manie, Ängste und blinde Euphorie liegen nah beieinander und können den Menschen wie ein Schiff in der Brandung zwischen den Gefühlen „Himmelhoch-Jauchzend“ und „Zu-Tode-Betrübt“ hin und her beuteln. Beide Haltungen jedoch sind nicht geeignet, das Menschheitsschiff in ein ruhigeres und sichereres Fahrwasser zu steuern, sondern bringen die große Gefahr mit sich, sein Schiff an den Klippen zu verlieren.

Im Rahmen unseres Seminares wollen wir deshalb gemeinsam die Frage bewegen, wie der Mensch jene polaren Kräftewirkungen, die ihn zerstören wollen, in sich überwinden und die Fähigkeit eines gleichbleibenden Mutes entwickeln kann, aus dem heraus er sein Lebensschiff und damit auch den Weltengang zu einer gesünderen und erbauenderen Zukunft führen kann. Dabei wollen wir in einem ersten Teil des Seminars einige Übungsanregungen des Geist- und Seelenforschers Rudolf Steiner sowie des spirituellen Lehrers Heinz Grill aufgreifen und gemeinsam in eine erste übende Realisation führen.

Am zweiten Seminartag werden wir dann gegen Mittag gemeinsam nach Ergolding bei Landshut reisen, wo wir die Gelegenheit haben werden, Heinz Grill persönlich zu dem Thema „*Depression und Ängste, Aus der Isolation in die Verbindung*“ zu hören und mit ihm vielleicht auch die eine oder andere Frage zu dem Thema gemeinsam zu bewegen. Heinz Grill ist Heilpraktiker, geistiger Lehrer und Forscher, Buchautor, Yogalehrer und Kletterlehrer. Er hat in seinem Leben viel über die geistigen Hintergründe von Krankheiten und die gegenwärtige Menschheitskrise geforscht und ist der Begründer eines Schulungsweges, den er als neuen Yogawillen bezeichnet. Mit diesem Begriff greift er eine Anregung Rudolf Steiners auf, der den Begriff Yoga viel weiter fasst als nur die klassischen Körperübungen und ihn vielmehr als eine neue Möglichkeit der aktiven und konkreten Beziehungsaufnahme des Menschen mit dem Geistigen beschreibt. Vor einigen Jahren hat Heinz Grill in Norditalien in der Nähe des nördlichen Gardasees eine spirituelle Hochschule begründet, an der er das Ziel verfolgt durch geistige Schulung Wege der inneren Entwicklung zu lehren, durch die der Mensch aus einer erneuerten Beziehung zum Geistigen heraus für das Ganze der Welt schöpferisch erbauend in seinem Leben tätig werden kann. Dabei ist es ihm mit dem von ihm vertretenen Ansatz wie schon vor 100 Jahren Rudolf Steiner, dem Begründer der Anthroposophie, ein Anliegen nicht rein gefühlsmäßige, mehr nebulöse Wege oder gar mediale Wege zu gehen, sondern das menschliche Wachbewusstsein und den Gedanken selbst in das Zentrum der Entwicklung zu stellen.

Sowohl Heinz Grill als auch Rudolf Steiner beschreiben in ihrem Werk die Notwendigkeit für den heutigen Menschen sein Denken, Fühlen und Wollen immer mehr in eine konkrete und vollbewusste, erkennende Beziehung zu geistigen Idealen und Gesetzmäßigkeiten zu bringen, um aus diesen heraus die Mächte der Schwere, Zerstörung, aber auch der Lügen und Suggestionen wie sie in unserer Zeit allgegenwärtig sind, allmählich durch lichtere, freudigere und entwicklungsförderndere Kräfte überwinden zu können. Das Seminar bietet die Möglichkeit, diesen Ansatz einmal in lebendiger Form kennenzulernen und damit eine neue Entwicklungsperspektive im heute oftmals eng gewordenen Leben des Menschen zu eröffnen.

**Zeiten:** Samstag 2.11.24: 13.30 bis 18.00 Uhr und

Sonntag 3.11.24 von 9.30 bis 11.00 Uhr in Herbrechtingen, danach gemeinsame Fahrt nach Ergolding bei Landshut; dort 15-18.00 Uhr Vortrag und Gespräch mit Heinz Grill

**Kosten:** Die Kosten für das Zweitagesseminar liegen bei 120,- Euro. Davon fallen 40,- Euro auf die Vortrags- und Gesprächsveranstaltung mit Heinz Grill in Ergolding und 80,- Euro auf den therapeutischen Kurs in Herbrechtingen. Persönlich Betroffene, die sich als Patienten aufgrund der beschriebenen Thematik in meiner ärztlichen Behandlung befinden und privat versichert sind, können evtl. - bei einer entsprechenden Indikation - einen Teil der Kosten von ihrer Krankenkasse erstatten lassen, da der Kurs für diese einen unmittelbar therapeutischen Wert und Charakter hat. Die Kosten für die Fahrt sind hinzuzurechnen.

**An wen wendet sich das Seminar?** Das Seminar richtet sich sowohl an betroffene Menschen als auch an solche, die beruflich oder privat Umgang mit der Thematik haben oder sich grundsätzlich Gedanken darüber machen, wie die Menschheit aus den Polen von Depression und Manie herausfinden kann.

**Übernachtung:** Menschen, die von weiter her kommen, können wir eine Übernachtungsmöglichkeit organisieren. Wir bitten bei Bedarf um Rücksprache mit uns.

**Fahrt:** Grundsätzlich besteht auch die Möglichkeit mit dem Zug anzureisen. Die Fahrt von Herbrechtingen nach Ergolding werden wir von hier in privaten PKW's aus organisieren.

**Anmeldung:** Für die Anmeldung wenden Sie sich bitte an unsere E-Mail: [edrichjens@hotmail.com](mailto:edrichjens@hotmail.com)  
Nach Zusammenkommen der nötigen Mindestteilnehmerzahl werden wir Ihnen die Anmeldung verbindlich bestätigen. Zugleich erhalten Sie dann eine Bitte um eine Anzahlung von 40,- Euro, mit der wir das Eintrittsticket für die Tagung in Ergolding reservieren können.