GOETHEANUM KOMMUNIKATION

 Goetheanum, Dornach, Schweiz, 23. April 2021

**Inseln des Innehaltens**

**Studium und Weiterbildung am Goetheanum: Alltag und Beruf bewältigen**

**Die Lebensumstände rund um die Bewältigung der Pandemie-Maßnahmen sind in Alltag und Beruf herausfordernd. Aber auch um sonst aus dem Modus des Reagierens herauszukommen, hilft es, sich eine Auszeit auf einer Insel des Innehaltens zu verschaffen, etwa in Form von Meditation.**

«Es klingt nach einem Widerspruch: sich in einer stressbelasteten Situation auch noch Zeit für Kontemplation abzuzweigen», sagt Edda Nehmiz. Sie ist Koordinatorin des Studienangebots am Goetheanum. Doch gerade in dichten Lebenssituationen erlaubt das Pflegen eines inneren Freiraums und das vielleicht unnötig erscheinende Gespräch mit anderen, die Arbeitsfülle anzugehen – eine Erfahrung, die auch von Martin Luther überliefert ist. Das Überführen von Prozessen von der erlebten zu einer autonom ergriffenen Zeit basiert auf dem Vertrauen, dass sich Zeit gestalten und dadurch die eigenen inneren Kräfte stärken lassen.

Zur Belastung trägt bei, dass Begegnungen von Angesicht zu Angesicht durch Videokonferenzen Wärme vermissen lassen und nicht zu Anregungen führen, wie sie aus einem Spontanaustausch zwischen Tür und Angel hervorgehen. «Die Inspiration geschieht ja aber nicht, weil es ein bestimmtes Medium wie Luft oder digitale Schaltkreise gibt, sondern von Mensch zu Mensch», ist Edda Nehmiz überzeugt. «Zu einer Begegnung gehört – ob direkt oder medial vermittelt –, sich der oder dem anderen innerlich zuzuwenden.»

Das Kollegium des Studienangebots am Goetheanum hat im ersten Corona-Jahr die Erfahrung gemacht, dass sich auch über digitale Kanäle ‹nährende› Inhalte vermitteln und soziale Prozesse mit Begegnungsqualität gestalten lassen. Dabei helfen klare und regelmäßige Abläufe. Da in der direkten Begegnung ein längerer Spannungsbogen als beim Aufnehmen eines Inhalts über Bildschirm möglich ist, sind Ausführungen kürzer, exemplarischer und möglichst persönlich zu gestalten.

(1866 Zeichen/SJ)

**Für alle Interessierte (Englisch; weitere Sprachen für Studiengruppen)**28 Tage Anthroposophie (online), 31. Mai bis 27. Juni 2021. Kommunikationssprache Kolloquien: Englisch, Studiengruppen: Englisch, Spanisch, Portugiesisch und Französisch **Für Führungskräfte (Englisch)** Leadership Course (online), 11. bis 14. Mai 2021 (1. Modul) und 9. bis 12. November2021 (2. Modul) **Für Dozierende des Faches ‹Anthroposophie› (Englisch)** Goetheanum Adult Education Programm (online), 19. Mai bis 22. Mai 2021 (1. Modul) und 1. bis 4. Juni 2022 (2. Modul)
**Web** studium.goetheanum.co/de

**Ansprechpartnerin** Edda Nehmiz, studium@goetheanum.ch