

Methoden & Konzepte

Interview mit Joël Weser, Begründer der PrEssenz®

PrEssenz®

Damit es dem Leben, der Gesundheit und der Liebe dient

Was macht PrEssenz® besonders?

Auf dem Weg zu sich selbst

PrEssenz® ist eine methodenübergreifende Herangehensweise, um unserer inneren Quelle, unserem Wesen selbst näherzukommen und so immer mehr Orientierung, Klarheit und Kraft aus uns selbst heraus zu schöpfen. Denn Wachstum, Entfaltung und ein erfülltes Leben aus zweiter Hand gibt es für uns Menschen nicht.

Ihre besondere Bedeutung hat diese ganzheitliche und damit systemische Arbeit in der Entwicklung unserer Haltung und Bewusstseins. Alles was wir tun oder lassen, bekommt seine Kraft und Wirksamkeit erst durch die Kraft unserer Präsenz. Daher bieten uns die PrEssenz®Erfahrungen eine Vertiefung und Erweiterung in allen Lebensbereichen.

Dabei darf es Spaß machen, ernst und heiter sein, schwerer und wieder leicht, aber auch laut oder still werden – zunehmend lebendiger, spannender, gesammelter und gelöster.

Für wen ist PrEssenz® besonders empfehlenswert und was ist das Ziel?

Selbst wachsen, Wachstum begleiten, Menschen führen

PrEssenz® setzt sich aus den beiden Worten Präsenz und Essenz zusammen, da es um essenzielle Zugänge zu einer umfassenden Präsenz geht, die in unserem Potenzial angelegt ist. Es ist vor allem die lebendige und zugewandte Beziehung zu uns selbst, zum anderen Menschen und dem, was uns umgibt, die unseren Begegnungen Bedeutung und Tiefe verleiht. Das gilt natürlich auch für diejenigen unter uns, die in den unterschiedlichsten Zusammenhängen mit Menschen leben und arbeiten, wie zum Beispiel Lehrkräfte, Eltern, Sozialarbeiter, Coachs und Führungskräfte aller Ebenen.

Wie kam es dazu, dass Du PrEssenz® entwickelt hast?

Vom Handwerk zum „Herzwerk“ — Von der Kampfkunst zur Lebenskunst

Seit ich mich erinnern kann, gibt es in mir den Antrieb, zu entdecken, was unter der Oberfläche und hinter dem Vordergründigen liegt. Der Satz; „Das kann doch nicht alles sein, da muss es noch etwas Anderes geben“, den viele Menschen in ihrer Weise auch kennen, bewegt mich bis heute. Was damals als Ahnung begann, begleitet mich inzwischen als ein immer wieder neues Erleben und Erkennen: „Es ist viel größer, tiefer und weiter!“

Ich hatte das Glück, auf meinem Weg Menschen zu begegnen, die mich in meiner bisherigen Lebensweise zutiefst erschütterten und damit für existenziell Neues und bis dahin Fremdes öffneten. Das erlebte ich unter anderem in der Kampfkunst, über die Ausbildung in der Gestaltarbeit und dem Weg zum Lehrtrainer für Systemaufstellungen. Über die damit einhergehenden grundlegenden Veränderungen in meinen Beziehungen und allen meinen Lebensbereichen entwickelte sich die Herangehensweise PrEssenz®: „Vom Handwerk zum Herzwerk“ „und „Von der Kampfkunst zur Lebenskunst“, so lässt es sich für mich zusammenfassen und – ein Ende ist nicht abzusehen.

Da jeder von uns einzigartig ist, ist es nur uns selbst möglich, unser innerstes Wesen zu entdecken und in die Welt zu bringen. Das hat für mich selbst die „wesentliche“ Bedeutung und es erfüllt mich mit Dankbarkeit, dass ich über die PrEssenz® seit vielen Jahren weltweit Beziehungsräume für diese Entdeckungsreise anbieten darf – unter anderem in der Schweiz, in Italien, Portugal, Brasilien, Mexiko, Argentinien, der Ukraine, in Russland und China. Das „Basislager“ der PrEssenz® ist in alle dem seit über 22 Jahre das Odenwald-Institut.

Um was geht es bei der PrEssenz®?

PrEssenz®, eine besondere Erfahrung

Wir reden viel über zwischenmenschliche Vorgänge, das Wesentliche jedoch, was uns wirklich verändert und wachsen lässt, sind neue Erfahrungen. PrEssenz® eröffnet uns dafür ein intensives und lebendiges Erfahrungs- und Lernfeld; Sie geht unter die Haut - erreicht und bewegt uns als Ganzes. Wir erleben dabei immer wieder in einer beeindruckenden und stärkenden Weise, wie unsere Haltung und unser Handeln tatsächlich wirken können – jenseits unserer Vorstellungen, vertrauten Begrenzungen und Überzeugungen. Auch auf unsere Fragen erhalten wir oft unmittelbare und essenzielle „Erfahrungsantworten“:

- Was schwächt und was stärkt uns, im jeweiligen Tun und darüber hinaus?
- Was verschließt und was öffnet Beziehungs-, Wachstums-, Lösungs-, Lern- und Führungsräume?
- Wodurch erweitern wir unsere Möglichkeiten und entfalten unser Potenzial wirklich?
- Was lässt uns zunehmend aus unserer inneren Quelle heraus leben?

Wir erleben, was es braucht, um seinen Platz ganz zu nehmen und seinen Raum wirklich auszufüllen. Nicht mehr nur „außer oder neben sich“, „im alltäglichen Wahnsinn“, sondern „aus seiner Mitte heraus da“, in allen Lebensbereichen. Und immer geht es um uns selbst, dem Du und Wir und dem, was uns im nahen und weiten Sinne umgibt. Diese Erfahrungen haben eine grundlegende, öffnende Bedeutung für das Leben, unsere Gesundheit und die Liebe.

Wie können Interessierte PrEssenz® selbst erfahren / erleben?

Es gibt dazu das **Einführungseminar** unter dem Titel „Die Kunst, Menschen zu begleiten und zu führen“, das **Themenseminar** „Darf es auch etwas mehr sein?“, das **Themenseminar** „Damit das Leben und die Liebe gelingen“ und die **PrEssenz®Jahresgruppe** „Die Kunst, Menschen zu begleiten und zu führen“ als modulare Weiterbildung.



PrEssenz® auf YouTube ermöglicht einen Einblick:
<https://www.youtube.com/@PrEssenz>

Das **Buch** „Was dem Leben und der Liebe dient“ und die **Broschüre** „Einführung in die PrEssenz®“ sowie **CD`s** und **Video`s** sind in der Buchhandlung des Odenwald-Instituts erhältlich.



Joël Weser, September 2023