

DIGITALE MODULREIHE

Gestalte bewusst deine eigene Ältestenschaft

Eine Lernreise durch Zeit und Raum

*Erinnern.
Verstehen.
Gestalten.*



Einleitung

Ich lade dich zu einer digitalen Forschungsreise ein, dir dein Selbst im Kontext deines Lebens in besonderer Weise bewusst zu werden. Dein Leben mit seinen Erfahrungen, Beziehungen, Möglichkeiten und Grenzen erinnerst und verwebst du neu in dir. Zugleich setzt du dich mit der Endlichkeit des Lebens auseinander.

**Stellst du dir die Frage:
Was möchte ich noch tun oder lassen, um meine verbleibende Lebenszeit bewusst, verbunden und sinnhaft zu gestalten?**

Wer begleitet dich?

Meine eigenen wechselhaften Erfahrungen, Reisen in meine Innenwelten und verschiedene Lebensfragen sind Grundlagen dieser digitalen Modulreihe.

Begeistert haben mich die Archetypen von C.G. Jung, die integrale Theorie von Ken Wilber, die Spiritualität von Jiddu Krishnamurti und Richard Rohrs Männerarbeit. Meine Studien und Ausbildungen, die Rollen im Management und Führung, langjährige Selbstständigkeit und eine Wachstumsehe prägten meine Seelenreise. Als Coach, Projektentwickler ethischer Projekte und im interim Management sammelte ich vielfältige Erfahrungen. Meine Forschungsreise als Nomade führte mich in den letzten Jahren durch verschiedene Länder und Kulturen. Andere bezeichnen mich als Brückenbauer, Philosoph mit Bodenhaftung und Freiheitsforscher. Ich freue mich auf unsere gemeinsame Forschungsreise.

START 15. OKTOBER

alle drei Wochen ein neuer Themenblock

DIGITAL

Zehn Themenfelder

Biographie · Beziehung · Endlichkeit · Gestaltung

Dein Leben.
Deine Reise.
Deine Gestaltung.



1. Gezielte Biographiearbeit

Die eigene Lebensgeschichte betrachten und prägende Erlebnisse erkennen. Verstehe deinen persönlichen Lebensweg bewusster – zum Beispiel Zeitstrahl, Fantasiereisen, Fotobuch.

2. Die Welten des Abschieds

Vergangene Lebensphasen und Erfahrungen nacherleben und ihnen nachspüren. Frage dich nach dem persönlichen Loslassen – zum Beispiel Schmerz und Freude bewerten, spüren und tiefer verstehen, zuhören und loslassen.

3. Meilensteine des eigenen Lebens

Bedeutsame Ereignisse, Entscheidungen und Wendepunkte anschauen und neu beleuchten. Erlebe und integriere ihre Bedeutung für das jetzige Leben.

4. Anhaftende Glaubenssätze

Die Haltung zu Bindung, Besitz und den eigenen Erwartungen erforschen. Entdecke Möglichkeiten des Loslassens – zum Beispiel Defizit und Ressource, Sein und Haben, Müssen und Dürfen.

5. Die verbleibenden Jahre erblühen lassen

Den Blick nach vorne richten und bewusst die kommenden Lebensjahre lebendig, sinnhaft und erfüllt gestalten – zum Beispiel: Wenn nicht jetzt, wann dann, den inneren Ruf hören, sich weniger selbst beflügen.

6. Was möchte ich der jungen Generation mitgeben?

Erfahrungen, Erkenntnisse und Werte betrachten. Herausarbeiten, welche Weisen und Haltungen an kommende Generationen weitergegeben werden sollten – zum Beispiel: Was sollte bleiben? Was darf gehen? Was nimmt mich in Besitz?

7. Sterben und Tod gestalten

Sich dem eigenen Sterben und dem Tod bewusst annähern. Erfragen, wie auch diese letzte Lebensphase persönlich und selbstbestimmt gestaltet werden kann – zum Beispiel: Wer soll was wann tun? Wer sollte besters da sein? Was ist praktisch zu beachten?

8. Den eigenen Träumen Ausdruck verleihen

Vorhandene Wünsche und Träume konturieren und ihnen eine Form geben. Entdecke die Möglichkeiten ihrer Verwirklichung – zum Beispiel: Was begeistert dich? Was hindert dich an der Umsetzung? Und was brauchst du zur Realisierung?

9. Zeitsystematiken des Lebens bewusst erfahren

Die unterschiedlichen Dimensionen und Rhythmen von Zeit im eigenen Leben wahrnehmen lernen. Ihre Bedeutung für Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft erforschen – zum Beispiel: Alles zu seiner Zeit, Lebensphasen, Lebenskreislauf.

10. Die Kräfte der Seelenreise erkennen

Die Entwicklung vom Ich über das Wir hin zum Wir Alle betrachten. Dabei die verbindenden Kräfte des eigenen Lebens und Wirkens erkennen – zum Beispiel: die Sphären des Transpersonalen, das Bild zu Gott, die Endlichkeit in der Unendlichkeit.



Ablauf & Begleitung

Modulreihe findet vollständig digital statt. Alle drei Wochen öffnet sich ein neues Themenfeld. Hier findet ein Impuls und Austausch zum Thema statt. Es werden Arbeitsblätter und Aufgaben definiert und möglicherweise auch kollegiale Arbeitsgruppen gebildet. Innerhalb der drei Wochen ist Raum für Nacharbeit, Selbstreflexion, Dialog und die Umsetzung im eigenen Leben. In begleiteten Gesprächen Mentoring, die Impulse, den Austausch in der Gruppe und optionale Angebote für Einzelcoaching.



Honorierung

Buchbar ist diese Modulreihe in drei Möglichkeiten: Erstens Teilnahme an drei Blöcken mit dem Preis von 300 Euro, buchbar für sechs Blöcke 550 Euro und buchbar für zehn Blöcke 850 Euro. Ergänzend dazu können Einzelcoachings mit einem Richtwert von 95 Euro pro Stunde gebucht werden oder kurze Mentorings, die nach 15-minütigen Bedarfen abgerechnet werden. Das Prinzip der Wertschätzung legt dem Ganzen zugrunde und steht es jedem frei, die Summe individuell zu erhöhen.



Infos & Anmeldung

- Rückfragen an: Michael Beilmann
- info@elders.life
- www.elders.life
- Anmeldungslink und Zoomlink wird bei Interesse zugesandt
- Infotermin am 12.11. und am 26.11. um 19:00 Uhr –
- Start: Dezember 2026 (Literaturarbeit)
- Digitaler Start: 14.01.2027 um 18:30 Uhr
- Ende aller Blöcke: Juli 2027

