



DIAMOND LOGOS ACADEMY  
DEUTSCHLAND®

# Leben in Essenz – Ein Weg zu unserer wahren Natur

Die Diamond Logos® Teachings sind ein Weg der Selbsterfahrung und Transformation und sind Lehre und Methode zugleich. Sie gelten als präziser und umfassender Ansatz für menschliche Entfaltung, der die Weisheit spiritueller Traditionen mit dem Wissen zeitgenössischer Psychologie verbindet. Sie beruhen auf der tiefen Erkenntnis des menschlichen, ureigenen Wesens und sie benennen die psychologischen Hindernisse, die unserer Entfaltung im Weg stehen können.

Wir alle sind Suchende. Wir wollen im Innern nach Hause, weil wir uns auf unserer Suche immer wieder intuitiv an etwas ins uns erinnern. Daran, wie wir ursprünglich waren – an unser essenzielles Selbst. Wenn unser wahres Wesen in unserer Seele auftaucht, wird es als Essenz bezeichnet.

Dort, wo in uns Essenz sich nicht frei entwickeln konnte, entstand ein Abbruch, eine Ent-Fremdung. Der Verlust der Verbindung mit essenziellen Seins-Qualitäten wird kompensiert durch Ego- und Persönlichkeitsstrukturen, welche die verlorenen essenziellen Qualitäten nachahmen, aber nicht deren Fülle und Natürlichkeit in sich tragen und trotz dieser Einflüsse hat unsere Essenz uns nie verlassen.

Während des Prozesses der Rückgewinnung von Essenz werden Anteile der Persönlichkeit, die sich als Ersatz für die verlorenen Aspekte von Essenz entwickelt haben, sichtbar und können objektiv wahrgenommen und transformiert werden.

Sind wir mit unserer Essenz in Kontakt, stehen uns natürliche Wesensmerkmale wie Stärke, Stille, Freude und Liebe zur Verfügung. Essenz ermöglicht Transformation und befähigt uns, tiefe Einsichten sowohl zu integrieren als auch im alltäglichen Leben umzusetzen. Sie ist die Substanz unserer Seele.

---

**Bei den Retreats führen Meditationen, körperbezogene Wahrnehmungsübungen, die Vermittlung moderner humanistischer Psychologie und Inquiry – die Methode des inneren Erforschens – behutsam und präzise durch die Irrgärten unserer Ego-Identifikation zu unserer wahren Natur, unserer Essenz.**

Diese Serie besteht aus fünf aufeinander aufbauenden Retreats, die jeweils eine der fünf Grundessenzen (Lataif) thematisiert.

**WE 1 Die weiße Essenz** bringt uns Bodenständigkeit und wir erleben uns im Innersten unterstützt, ruhen in uns und fühlen uns fähig, unser Leben zu leben. Die weiße Essenz erdet uns im Körper, in der Gegenwart, in der Realität des Hier und Jetzt und bringt Gelassenheit und Entspannung.

**WE 2 Die rote Essenz** bringt uns Stärke und Mut. Wir fühlen uns gestärkt und bereit, den Anforderungen des Lebens zu begegnen. Wir sind entschlossen, unseren Standpunkt einzunehmen und haben den Mut, Risiken einzugehen. Rote Essenz verleiht uns das Feuer und die Initiative den Herzenswünschen zu folgen und gesunde Grenzen zu setzen.

**WE 3 Die schwarze Essenz** bringt uns tiefen inneren Frieden und innere Stille. Die Gedanken beruhigen sich und der Verstand wird still. Wir fühlen uns auf intimste Weise mit uns selbst im Einklang. Die schwarze Essenz verleiht uns unsere natürliche Macht und gibt uns den inneren Stand und die Würde dafür, wer wir wirklich sind.



DIAMOND LOGOS ACADEMY  
DEUTSCHLAND®

**WE 4 Die grüne Essenz** bringt uns Heilung für seelische Schmerzen und Wunden. Sie badet unser Herz in tiefem Mitgefühl und liebevoller Freundlichkeit. Die grüne Essenz ist die Qualität des Mitgefühls und liebevoller Güte und hat die sanfte Kraft, uns mit unserem Herzen in Kontakt zu bringen. Wir haben keine Angst mehr, verletzt zu werden, weil wir wissen, dass wir heilen und uns wieder öffnen können.

**WE 5 Die gelbe Essenz** bringt uns Freude und beflügelte Leichtigkeit. Sie öffnet die Fähigkeit des Herzens, sich das zu wünschen oder zu wollen, was ihm fehlt. Die Leichtigkeit und Spontaneität der gelben Essenz lässt unsere Sorgen und Rigidität schmelzen und unterstützt uns im wahren und unschuldigen Wollen. Wir sind neugierig und haben Lust auf und Spaß am Leben.

### Termine, Zeiten, Preise und Ort:

WE 1:	Weißer Essenz	19.05. - 21.05.2023
WE 2:	Rote Essenz	25.08. - 27.08.2023
WE 3:	Schwarze Essenz	15.12. - 17.12.2023
WE 4:	Grüne Essenz	Frühjahr 2024
WE 5:	Gelbe Essenz	Sommer 2024

Retreat-Zeiten: Freitag 18.00 – 20.30Uhr,  
Samstag 10.00 – 18.00Uhr,  
Sonntag 10.00 – 16.30Uhr

Preis: 265.- € pro Wochenende incl. 1 Zoom-Abend  
(zur Integration nach dem Retreat)

Ort: Majana Yoga Studio  
Knorrestraße 3, St. Georg  
U-Bahn Lohmühlenstraße + 7 Gehminuten oder Hauptbahnhof,  
10 Gehminuten, Busse 6|17|18 AK St. Georg + 2 Gehminuten

Die Retreats sind nur als gesamte Serie buchbar. Das erste Wochenende dient zum Kennenlernen. Wochenenden, an denen nicht teilgenommen werden kann, können in Einzelstunden oder in einer Klein-Gruppe nachgeholt werden.



### Information und Anmeldung:

#### Markus Bundschuh

Gestalt- und Traumatherapeut (HeilprG)  
Neuer Diamond Logos® Lehrer

Tel.: 0179-52 70 700  
mbund@gmx.de

#### Andrea Bracher-Flury

Craniosacrale Bodydynamik (eidg.Dipl.) Supervision  
Neue Diamond Logos® Lehrerin

Tel.: 0041 79 1765031  
andreabracherflury@gmail.com

[www.diamondlogos.de](http://www.diamondlogos.de)