



WESENTLICH SEIN ●

TEEN CAMP !



TAKE YOUR POWER!

Rade 03.04.-09.04.2009

Lieber Teenie! Hi!

mein Name ist Veit und ich möchte dir etwas über unser Camp für Teenager erzählen. Keine Ahnung, wie du dieses Blatt in die Hände bekommen hast. Vielleicht haben deine Eltern dich dazu überredet. Vielleicht bist du selbst daran interessiert oder es war nur ein „Zufall“. Wie auch immer, ich bin froh, dass diese Zeilen den Weg zu dir gefunden haben. Jetzt musst du dich nur noch aufraffen, sie zu lesen!



Wenn du diese Zeilen liest, bist du wahrscheinlich zwischen 11 und 19 Jahre und erlebst gerade eine der verrücktesten Zeiten deines Lebens. Nicht, dass das Leben nicht generell ziemlich verrückt wäre, doch das Alter, in dem du dich gerade befindest ist schon ziemlich verrückt-verrückt. Weißt du, was ich meine?!

Ich bin ein ganzes Stück älter als du (im Augenblick 38, also schon ein alter Hund! ☺), doch ich kann mich noch sehr genau an meine Teenagerzeit erinnern.

Ich war kein Kind mehr, aber auch kein Erwachsener.

Ich wollte mitbestimmen, doch ich hatte keine wirkliche Macht und (ehrlich gesagt), auch noch keine echte Peilung vom Leben. Doch das hab ich nicht so gern zugegeben.



Life Trust

PF 1311. Baden-Baden 76502. Germany.

Gewidmet dem Wahren, dem Guten und dem Schönen.

www.lifetrust.info willkommen@lifetrust.info Tel. +49.7221.992982-8 Fax. -9
Sparkasse Baden-Baden ~ Kontoinhaber: Andrea Lindau ~ BLZ: 66250030 ~ 3005543
USt-IdNr.: De238966343

Ich wusste nicht, was ich vom Leben wollte, doch ich wusste definitiv, was ich nicht wollte. Ich wollte kein Leben der Langeweile, der Lügen und der faulen Kompromisse. Mein Zuhause wurde mir langsam aber sicher zu eng – doch die Welt da draußen erschien mir doch noch ziemlich weit.

Es hat mich oft angeenervt, noch so abhängig zu sein. Nicht auf den eigenen Füßen zu stehen, macht angreifbar. Alle wollten etwas von mir, Lehrer, Eltern, Großeltern...

Als Kind hatte ich ihre Erwartungen sogar gern erfüllt, doch jetzt hatte ich oft das Gefühl, dass sie mir ihr Leben überstülpen wollten. Jeder hatte einen klugen Ratschlag für mich, doch die wenigsten halfen mir weiter.



Ich fühlte mich sehr oft einfach nicht verstanden. Allein gelassen. Darüber hab ich fast nie gesprochen. Nein. Ich habe lieber einen coolen Witz gerissen.

Ganz zu schweigen von der Sache mit den Mädchen. So spannend und doch so oberverwirrend. Gott, was hab ich gelitten!

Doch du hättest es mir nicht angesehen. Ich war laut und arrogant, wenn ich Angst hatte. Wenn mir etwas weh getan hat, hab ich das Großmaul markiert oder mich zurückgezogen.

Ich schwankte zwischen Anpassung und Rebellion. Ich konnte von einem Augenblick zum nächsten grundlos wütend, himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt sein.

Vor allem hatte ich meistens das Gefühl, nicht richtig zu sein. Entweder zu laut oder zu leise, zu ungeschickt oder zu grob, zu dick oder zu dünn.

Ich hätte gern jemanden gehabt, der mir erklärt, was wirklich mit mir los ist.

Freunde waren mir sehr, sehr wichtig, doch manchmal hatte ich das Gefühl, es tut mir nicht gut, immer in der Clique mit zu schwimmen – ich wollte wissen, wer **ich** bin.

Doch wie finde ich heraus, wer ich bin?

Wie erkenne ich, was ich wirklich drauf habe?

Wie entdecke ich, was ich im Leben wirklich will?

In den alten Stammeskulturen, zum Beispiel in Afrika oder Nordamerika gab es eine Tradition. Wenn Mädchen und Jungen in deinem Alter waren, wurde sie für ca. eine Woche weg von ihren Familien in den Wald geführt.

Sie wurden einer Reihe von Tests und Herausforderungen unterzogen, die ihnen dabei helfen sollten, in ihre eigene Kraft zu kommen. Es ging dabei nicht wie in der Schule um gute Noten oder darum, eine gute Performance für andere hinzulegen. Nein, es ging einzig und allein darum zu erfahren, wie es ist, wenn du **du selbst** bist. Wenn du aufhörst, dich kleiner oder größer zu machen, als du bist.

Diese Zeit nannte man **Initiation**, weil sie den Übergang vom Kind zum reifen Jugendlichen einleitete. Danach kehrten die jungen Frauen und Männer zurück in ihre Familien, doch sie waren verändert. Sie kannten sich selbst besser. Sie fühlten sich sicherer im Umgang mit ihren Stärken und Schwächen. Die meisten hatten nun eine klare Ahnung davon, was das Leben von ihnen will und was sie vom Leben wollen. Sie konnten nun ihren Angehörigen erwachsener, partnerschaftlicher und kraftvoller gegenüber treten. Sie fühlten sich auch im Umgang mit Sexualität und dem anderen Geschlecht sicherer, denn auch darum ging es viel in dieser Woche der Initiation.

Wenn du dich in deinem Leben umschaust, wirst du mir sicher Recht geben, dass es viele Erwachsene gibt, die sich immer noch wie kleine Kinder benehmen. Sie jammern, sie schmollen, sie lügen und wissen nicht, was sie wirklich wollen. Sicher hat das viele Gründe. Wir glauben, dass einer davon das Fehlen von Initiationen in unserer Zeit ist.

Feststeht: du befindest dich gerade in einem der wichtigsten Abschnitte deines Lebens. Egal, ob es sich so anfühlt oder nicht, du kannst gerade Weichen für den Rest deines Lebens stellen. Es ist an dir, einige wichtige Wahlen zu treffen!



Möchtest du für deine Träume kämpfen oder dich mit einem faulen Kompromiss zufrieden geben?

Möchtest du dein ganzes Leben jammern, meckern, resignieren oder willst du zu den denen gehören, die es schaffen, ihre innerste Berufung zu finden und zu leben?

Ich schreibe dir dies so ausführlich, damit in dir ein Gefühl dafür entstehen kann, was dich im Teen Camp erwartet. Es ist definitiv keine Schule. Wir werden uns hüten, dir zu sagen, wo es in deinem Leben lang gehen sollte. Wir wissen, dass alles, was du wissen musst, bereits in dir schlummert. Alles, was es braucht, ist deine Bereitschaft und dein Mut, es zu entdecken.

Das Teen Camp ist keine Pflichtveranstaltung, in der es darum geht, aus dir einen besseren Teenie zu machen! Wir wollen dir kein Ohr mit Belehrungen und guten Ratschlägen abkauen. Dafür ist uns deine und unsere Zeit zu schade. In diesem Camp geht es nur um eines: **Deine Kraft.**

Unser Camp ist für dich interessant, wenn du

- zwischen 12 und 20 Jahre alt bist
- dich selbst, deine Kraft und deine Fähigkeiten besser kennen lernen möchtest
- dir mehr Selbst-Vertrauen wünschst
- wenn du entdecken möchtest, wer du als junge Frau oder Mann wirklich bist und beim anderen Geschlecht besser ankommen möchtest, ohne dich zu verbiegen
- dich selbst gerade nicht besonders gut verstehst
- Stress in der Schule oder zuhause hast und ihn lösen möchtest
- mal deinen ganzen Frust loswerden möchtest
- spürst, dass es an der Zeit ist, sich langsam und in Frieden von deinen Eltern abzunabeln
- gern mit mehr Zuversicht auf deine Zukunft schauen möchtest
- dich ehrlich mit Themen wie Elternhaus, erste Liebe, Sex, Drogen, Job,... austauschen möchtest
- Spaß, Überraschungen und Abenteuer magst
- spürst, dass es in dir eine bisher ungelebte Kraft gibt, die sich endlich voll entfalten will
- wenn du manchmal voller Zorn bist und nicht weißt, wohin damit
- wenn du nicht immer nur über alles abkotzen, sondern etwas verändern möchtest
- wenn du herausfinden möchtest, was **du** vom Leben willst

Egal, ob du schon eine Menge verbockt hast oder dich eher als still und unauffällig einschätzt, du bist herzlich willkommen. Dein Frust, deine Trauer, deine Freude, deine Unsicherheit, deine Power, deine Ernsthaftigkeit, dein Lachen – alles ist willkommen. Vielleicht wirst du am Ende am allermeisten darüber überrascht sein, was alles in dir steckt.

Wenn du jetzt wissen möchtest, was genau wir machen, dann muss ich dich enttäuschen. Es soll ja ein Abenteuer werden. Nur so viel: Es wird Zeiten des Redens und des Handelns geben. Manchmal werden Jungen und Mädchen zusammen sein, manchmal getrennt. Es wird dich herausfordern, ehrlich zu sein und zu riskieren. Und wir werden eine Menge Spaß haben!

Es geht unter anderem auch um die folgenden Themen:

- Selbstwert & Respekt
- deine Vision vom Leben finden
- deine Stärken entdecken
- Freiheit & Grenzen
- Konkurrenz & Teamwork
- Umgang mit dem andern Geschlecht
- Selbstverteidigung
- high ohne Drogen

Ungefähr werden es zwanzig Jungen und Mädchen in deinem Alter sein.

Grundbedingungen für deine Teilnahme sind:

1. **Freiwilligkeit.** Wir nehmen keine Teenies an, die von ihren Eltern dazu verdonnert werden. Du musst es wirklich wollen.
2. **Bereitschaft,** an allen Übungen teilzunehmen. Wenn du keinen Bock hast, dich einzulassen und mal etwas Neues zu riskieren, bist du hier nicht am richtigen Platz.
3. Kein Alkohol oder andere Drogen in diesen Tagen. Keine Handys, MP3-Player, Computer, etc.

Das Team

Am Platz werden einige Frauen und Männer sein, die dich in diesen Tagen als ältere Freunde begleiten. Außerdem wirst Du Unterstützung durch Jugendliche erfahren, die im letzten Jahr als Teilnehmer dabei waren. Das Camp wird von Andrea und mir (Veit) geleitet.

Finanzen

Falls deine Eltern wirklich nicht in der Lage oder willens sind, den Betrag für das Camp aufzubringen, du aber unbedingt kommen willst, ruf uns an. Wir finden eine Lösung.

Noch Fragen?

Wenn du noch Fragen hast oder Andrea und mich noch etwas besser kennenlernen willst, ruf uns an.
07221.9929828 **Wir freuen uns auf dich!**



Andrea. Veit