

# «Innerer Friede bringt Frieden im Aussen»

cgk. Am Samstag, 4. Juni, findet im Kongresszentrum in Davos zum fünften Mal das von Ladina Kindschi und Bea Ender ins Leben gerufene Bewusstseins-symposium statt. Auch in diesem Jahr werden namhafte Referentinnen und Referenten den Anlass durch Vorträge, Meditationen, Tanz, Klang und Rituale gestalten. Als besondere Einstimmung und als Symbol für Frieden wird am Freitag, 3. Juni, eine öffentliche Einweihung einer Friedensskulptur im Kurpark zelebriert.

**G** Frau Kindschi, das fünfte Bewusstseins-symposium steht unter dem Motto «Frieden und Fülle leben». Ein brandaktuelles Thema in Zeiten von Terrorwarnungen?

**Ladina Kindschi:** Es ist grundlegend, dass wir unseren Fokus vom Kampf gegen den Terrorismus wegnehmen und Frieden fokussieren. Damit wir uns nicht ohnmächtig und hilflos fühlen, müssen wir aus der Angst und Manipulation aussteigen und ins Handeln kommen. Eine Botschaft des Dalai Lama heisst, ich zitiere: «Wesentlich ist unsere elementare menschliche Spiritualität. Das ist eine in uns Menschen angelegte Neigung zu Liebe, Güte und Zuneigung, unabhängig davon, welcher Religion wir angehören. Die Welt braucht Friedenstifter, Restaurateure, Geschichtenerzähler, Heiler und jede Form von liebenden Menschen» oder wie Gandhi es so treffend formulierte: «Sei die Veränderung, die Du in der Welt sehen willst!»



**Ladina Kindschi, die Organisatorin des Symposiums, ist diplomierte Tanz- und Ausdruckstherapeutin sowie diplomierte Yogalehrerin.**

**G** Was erwartet die Teilnehmer des Symposiums in diesem Jahr?

Die Teilnahme möglichst vieler Menschen ist extrem wichtig. Wir werden durch Vorträge, Achtsamkeitsübungen, Tanz, Singen, Rituale und im Gedankenaustausch selbst erspüren und erfahren, was innerer Friede heisst. Gemeinsam kreieren wir ein Feld von Frieden, erschaffen ein Manifest, eine Botschaft, die jeder Teilnehmende in die Welt tragen kann. Wir personifizieren das Kon-

zept von Frieden und Fülle. Wir setzen einen Samen, der über das Symposium hinaus wächst und Früchte zur Ernte trägt. Unserer Referentinnen und Referenten aus Politik und Geisteswissenschaften beleuchten aus ihren verschiedenen Blickwinkeln, wie innerer Friede und Fülle äusseren Wandel bewirken können.

**G** Was kann Davos, was kann jeder Einzelne zu Frieden und Fülle beitragen?

Jede und Jeder ist extrem wichtig und kann sehr viel für Frieden beitragen. Jeder Mensch trägt das Potenzial für inneren Frieden in sich. Davos ist prädestiniert, ein «Friedensbotschafter» zu sein. Die Qualitäten von Frieden und Ruhe finden wir in unserer wunderschönen Natur. Wir leben in einem Paradies der Fülle. Der Davoser Slogan «Sport und Bewegung in einer gesunden Bergwelt» passt perfekt zu diesem Thema. Davos kann eine Vorbildfunktion einnehmen, was Harmonie und Einklang bedeuten. In Davos bieten wir aktive und passive Erholung an. Dazu gehören ein ruhiger Geist und ein friedvolles Miteinander unter den Menschen verschiedenster Nationalitäten, die bei uns arbeiten und unseren Ferienort besuchen. Der achtsame Umgang untereinander, mit unseren Gästen und mit der Natur ist ein Schritt, den wir nach aussen tragen können.

**G** Dieses Jahr findet mit der Enthüllung des Friedenspfahls von Künstler Resli A. Marugg im Kurpark ein ganz besonderer Side Event statt. Welche Idee steckt dahinter?

Die Vision der Friedenspfähle ist in Japan während des 2. Weltkrieges ent-

standen. Friedenspfähle gibt es inzwischen auf der ganzen Welt. Sie sind ein Mahnmal, inne zu halten, Friede zu spüren und in die Welt zu tragen. Denn nur innerer Friede bringt den Frieden im Aussen. Wir wollen dies mit dem Friedenspfahl, auf dem in 20 Sprachen steht «Möge Friede auf Erden sein», manifestieren. Es sollte für alle Menschen selbstverständlich sein, Frieden als Basis und Grundrecht leben zu dürfen. Dies soll mit dem Kunstwerk bleibend in Erinnerung gehalten und von uns Einheimischen und unseren Gästen, so wie den am WEF Teilnehmenden in die Welt getragen werden.

**G** Was ist Deine Botschaft für Frieden und Fülle?

Meine Herzensbotschaft ist, dass in jedem Menschen der Funke für Frieden und Fülle entfacht wird. Es ist sehr wichtig, dass alle friedliebenden Menschen aktiv werden. Jeder kann etwas dazu beitragen. Alles beginnt im Kleinen, in sich selber, in der Familie, im nächsten Umfeld. Der Schlüssel zu Frieden und Fülle ist, seine Berufung zu finden und zu leben. Wer seine Berufung lebt, kennt keinen Hass, weil das Herz vor Freude überquillt und die Menschen berührt. Fülle bedeutet für mich Erfüllung, meinen Traum, meinen inneren Reichtum zu leben und einen Teil davon meinem Herzensprojekt zur Verfügung zu stellen. Deshalb unterstütze ich seit 20 Jahren ein Kinderhilfswerk in Indien.

Mehr dazu am 5. Bewusstseins-symposium «Frieden und Fülle leben», Samstag, 4. Juni, im Kongresszentrum Davos. Infos und Anmeldung:

[www.starfire-college.ch](http://www.starfire-college.ch),  
[ladina@starfire-college.ch](mailto:ladina@starfire-college.ch)

oder an der Tageskasse.



**Wir wählen Valérie Favre Accola**

**«Die Förderung und Unterstützung des Bündner Sportnachwuchses sind für Valérie Favre Accola ein persönliches Anliegen.»**

*Andres Ambühl, Profisportler, Stiftungsrat Paul-Accola-Nachwuchs Stiftung*

**Valérie Favre Accola**  
Am 5. Juni in den Kleinen Landrat

Unabhängiges Komitee zur Unterstützung von Valérie Favre Accola  
Bankverbindung: IBAN CH53 0077 4000 1139 7460 0



[www.valerie-favreaccola.ch](http://www.valerie-favreaccola.ch)  
f [valerie.favreaccola](https://www.facebook.com/valerie.favreaccola)