

Entdeckungsreise -5- Das Weibliche Selbst

Der Fokus im Innen

Das Weibliche Selbst – Die Innere Frau

Das Weibliche Selbst ist – bei Frauen und Männern – wie ein feinstofflicher Kanal und für das Einsammeln feinsten dienlichen Informationen zuständig. Es ist ständig am Empfangen der Lichtinformationen und übersetzt diese in Intuition, Visionen und Ideen für die feinstoffliche, wie auch für die feststoffliche Ebene.

Die Ausrichtung des Weiblichen Selbstes ist nach innen. Im übertragenen Sinne könnte man sagen, dass das Weibliche Selbst der empfangende Kanal für den universellen oder auch irdischen Samens ist. Es empfängt und trägt ihn nach innen, damit er dort wachsen kann. Dort im Innen gibt es so viel zu entdecken – eine ganz eigene Welt, die es gilt, nach außen zu transportieren. Oft wurde diese innere Welt vergessen.

Das Weibliche Selbst ist zudem DIE Managerin oder auch Generalsekretärin in uns – auch für die anderen Selbst. Sie ist die zentrale Stelle in uns, in der alle Informationen zusammenlaufen und von dort auch wieder verteilt werden. Sie empfängt generell aus allen feinen Informationsfeldern und auch von allen Selbst und gibt die Informationen zum entsprechenden dienlichen Zeitpunkt an das jeweilige Selbst weiter, welches dafür zuständig ist.

In dem Raum des Weiblichen Selbstes werden Ideen, Visionen bzw. alles, über was du dich ausdrücken möchtest, genährt. Diese Dinge können dort behütet wachsen und reifen und werden, wenn die Frucht sozusagen reif ist, zum entsprechenden Zeitpunkt geboren.

Für die Reinigung bzw. Klärung der Empfangskanäle ist das Weibliche Selbst ebenso zuständig wie auch für die Transformation des Empfangenen – feinstofflich wie auch feststofflich. Das bedeutet klären, ordnen, neu formen, glatt bügeln – bzw. ausgleichen.

Das Weibliche Selbst stellt sich grundsätzlich direkt in Situationen hinein und betrachtet diese von innen. Ist es dabei in seiner Kraft, steht es ruhig und entspannt in der Mitte des Geschehens, beobachtet und sammelt dienliche essentielle Informationen. Es kann dabei ganz bei sich bleiben und sich wunderbar für sich selbst abgrenzen. Du kannst dir die Position des Weiblichen Selbstes dabei so ähnlich wie in dem Auge eines Wirbelsturms vorstellen, wo alles still und ruhig ist. Ist das Weibliche Selbst dabei nicht in seiner Kraft und aus der Mitte, läuft es Gefahr, sich sehr schnell in die Emotionen einer Situation hineinziehen zu lassen und sich in der Situation zu verstricken.

Zur leichteren Erklärung dient das Bild von Perlen, die z.B. gesammelt oder gehütet werden. Perlen sind Persönlichkeitsaspekte, Ausdrucksweisen, Potentiale, Denken und Informationen aller Art, die zu unserer Essenz gehören.

Das Weibliche Selbst im Mangel

- Du wirst du in den Wirbel von Situationen hineingezogen
- Du sammelst alles Mögliche ein. Ideen, Dinge und Gefühle, die nicht zu deiner Essenz passen
- Du bist in der Gier, kannst nie genug zu bekommen, auch z.B. in der extremen Neugier, Du hast das Gefühl, du bekommst nicht genug an Informationen
- Du hast Angst, etwas zu verpassen
- Du hast das Gefühl, am falschen Ort zu sein
- Du bist ein Schnäppchenjäger – du bist ständig am Sammeln von neuen Perlen, Fake-Perlen und essenzenlosen Perlen
- Du lebst mehr in deinem ungenutztes brachliegenden Potential- selbst, wenn du tolle Perlen hast, liegen sie ungenutzt herum und du kannst oder weißt nichts mit ihnen anzufangen
- Deine Ideen, Vorhaben und Pläne werden zu schnell ins Außen gegeben und zerredet oder energetisch geschwächt
- Du hast keine Selbstanerkennung und Dankbarkeit für dich und andere
- Du hast keine Wertschätzung der eigenen inneren Schätze, Potentiale und Schöpfungen
- Du bist gerne neidisch auf die Schätze und Potential anderer
- Du versuchst Schätze von anderen zu bekommen
- Du agierst raffiniert mit essenzenlosen Strategien
- Du bist leicht übergriffig oder erfährst Übergriffigkeit durch deine eigene mangelnde Abgrenzungsfähigkeit
- Anstatt die Informations-Bälle aufzufangen und zu managen, wirst du selbst zum Spielball anderer oder machst andere zu deinem inneren Manager
- Du lebst und erlebst eine essenzenlose Kommunikation
- Du tust dir schwer im Annehmen

Das Weibliche Selbst in der Essenz

- Du hast das Wissen über das, was für das eigene System und das große Ganze zu tun ist
- Du erkennst die Informationen, die für deine Essenz bestimmt sind
- Du erlebst einen automatischen Flow der essentiellen Informationen – alle wichtigen und dich weiterführende Informationen kommen im genau richtigen Moment zu dir und aus dir
- Du kannst aus deinem Potential schöpfen.
- Du bist klar in der Kommunikation
- Du kannst dich gut abgrenzen
- Du bist eine gute Managerin für dich selbst und lebst eine optimale Selbstfürsorge
- Emotionen sind für dich nicht bedrohlich, sondern wegweisende Informationen
- Du hast den 360 Grad Blick, bist rundum im Bilde und weißt genau, worauf der Fokus gesetzt werden darf
- Du kennst deine Ausrichtung
- Du bist charmant raffiniert, kess, geschickt und schlau
- Du kannst Dinge vom Außen und Innen gut annehmen – vor allem deinen inneren Reichtum
- Du weißt über deine Schätze und hast Zugang zu deinem inneren Reichtum und findest dein Glück im Innen
- Du erlaubst dir und gibst dir die Zeit, Dinge in dir reifen und wachsen zu lassen und gehst auch manchmal schwanger mit etwas
- Du hast nicht gleich den Drang, deine Perlen ins Außen tragen zu müssen
- Du erlaubst dir, dass deine Perlen in deinem Flow heranreifen dürfen und gehst im richtigen Moment damit ins Außen
- Du bist geduldig
- Du agierst mit Hingabe zu allem
- Du wählst genau aus, was zu dir gehört und was nicht

Die Innere Frau

Die Innere Frau ist ein kleiner Teil, ein vereinfachtes Bild, des gesamten Weiblichen Selbstes. Sie gehört zur Persönlichkeit, sie ist der Ausdruck des Weiblichen Selbstes im Außen.

Zuständigkeiten der Inneren Frau

Die Innere Frau verkörpert das Weibliche Alltags-Ich und bringt das Weibliche Selbst im Außen zum Ausdruck. Ihre Anlage ist es in vielen Rollen, den Alltag optimal zu managen, sodass idealerweise für dich und alle bestens gesorgt ist. Sie steht für den intuitiven Ausdruck, den Kommunikationsaustausch auf allen Ebenen und die eigenen Visionen. Die Innere Frau kann sich auch in ihrer pursten Form durch die Persönlichkeit zeigen. Sie trägt das Innen nach Außen und empfängt von außen nach innen.

Rollen der Inneren Frau mit Essenz- wie Mangelbeispielen

Innere Königin

In der Essenz: in ihrer Größe, Demut, Herzöffnung, Mitgefühl, Einfühlungsvermögen, Feinheit, Güte, Würde

Im Mangel: sich klein machen, „Aschenbrödel“, verschlossenes Herz, Mitleid, kein Gespür für das Gegenüber, kein Gespür für das Feine, Gefühlskälte, Scham

Innere Mutter

In der Essenz: Empfangen, Gebären, Loslassen, nährenden Fürsorge/Sicherheit/Halt/Geborgenheit/Liebe für ihr Umfeld, Heilung, Trost, sorgt für ein liebevolles „Nest“/Zuhause, Erdkraft, Löwenmut, angebunden an die Rhythmen des Lebens

Im Mangel: Ablehnung, Verweigerung, Abwehr, nicht Loslassen können, Nachlässigkeit, sich nicht kümmern, mangelnde Fürsorge, nur nehmen können, Herzenskälte gegenüber Kind, liebloses verwahrlostes Zuhause, Heilendes/Nährendes/Tröstendes/Fürsorgliches nicht annehmen können, Unmut, aus dem eigenen Rhythmus sein, Überfürsorge aus Angst

Innere Managerin

In der Essenz: Tiefblick, und Weitblick, managt mit Herz und nach Gefühl, agiert im Stillen und Verborgenen, Ideenreichtum, Innehalten, kann sich Details widmen, kann geschehen lassen, sammelt Informationen und bringt Informationen an die richtige Stelle

Im Mangel: Eifer, fleißig um Anerkennung und Wertschätzung zu bekommen, „braves ordentliches pflichtbewusstes Mädchen“, einfalllos, Kontrollsucht, hudelig, sich in Details verlieren, Perfektionismus, dem Nichts tun verfallen, Rückzug, Neugier

Innere Kriegerin

In der Essenz: Raffinesse, Charme, Klugheit, Geduld, innere Ruhe, Einsicht, Sanftmut, gesamtheitliche Ausrichtung, Wegorientiert

Im Mangel: Naivität, „Trampel“, dämlich, Ungeduld, innere Unruhe, Sturheit, falscher Stolz, eiskalt verletzend, Hysterie, intrigant, Duckmäuschen, Opfer, ergeben, lebt mehr den männlichen Krieger

Innere Partnerin

In der Essenz: Liebe annehmen, Zärtlichkeit/ Liebe/Respekt/Achtsamkeit/Wertschätzung und Ergänzung gegenüber dem Männlichen, hingebungsvolle Sexualität, seelische Verbindung und Nähe

Im Mangel: Liebe abwehren, Unsensibilität/Lieblosigkeit/Respektlosigkeit/Unachtsamkeit, keine Wertschätzung und im Kampf gegenüber dem Männlichen, Macht über das Männliche, Ohnmacht gegenüber dem Männlichen, ablehnende lustlose Sexualität

Innere Freundin

In der Essenz: mit sich sein, entspannen, genießen, in einem guten bewussten Austausch und Kommunikation mit sich selbst und anderen sein, in stiller Verbundenheit Gemeinschaft und Freundschaft leben

Im Mangel: kann nur schwer mit sich allein sein, angespannt, rastlos, unbewusstes oberflächliches sinnloses Geplapper mit sich selbst und anderen, in permanentem Kontakt mit dem Außen und anderen

Innere Göttin

In der Essenz: Hingabe, Schönheit, Sinnlichkeit, inneres Strahlen, nach innen gelebte Spiritualität, Verbindung zum Verborgenen, Mond-Kraft, Erdung, kann Energien und Kräfte zu sich ziehen, bündeln und Neues schöpfen

Im Mangel: Aufopferung, Eitelkeit, Diva, Begierde, stellt das eigene Licht unter den Scheffel, lebt gerne in Illusionen und Täuschungen, Hang für schwarze oder weiße Magie, nicht geerdet, keine innere Bindung zur eigenen Spiritualität, mangelnde Schöpfungsenergie, weiß nicht um ihre Macht

Eventuell nimmst du auf deinem Weg noch einzelne Ergänzungen wahr.

Besonderheit

Auf der Persönlichkeitsebene wird ein Teil der inneren Kern-Energie des Weiblichen Selbstes besonders im Außen gelebt.

Die Power-Frau

In der Essenz: laut, wild, aktiv, kraftvoll, Power-Weib, kann etwas bewegen, stellt was auf die Beine, hält nichts zurück, setzt sich für ihre Überzeugung ein, kämpft für sich und ihre Lieben, Energie-Bündel, holt die Energie aus allem von Innen nach Außen, sprüht Energie raus, lebt und zeigt Freude und Lebendigkeit im Außen, verkörpert alle männlich aktiven Aspekte im Frau-Sein sowie in der Aktivität und Umsetzung

Im Mangel: extrem aktiv, kommt nie zur Ruhe, getrieben und unter Druck - muss ständig etwas zu tun haben, rastlos, arbeitet viel, kann nicht entspannen, energielos, kann Unruhe und Action im Außen kaum ertragen, jede Form von Aktivwerden ist zuviel

MEINE ERLEBNISSE - das Weibliche Selbst

Wie geht es meinem Weiblichen Selbst?

Fühlt es sich in seinem Raum wohl oder möchte es gerne etwas verändert haben?

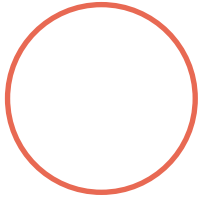
Gibt es im Raum etwas zu verändern oder neu zu gestalten?

MODUL 1: ICH ENTDECKE MEINE ESSENZ

Hat mein Weibliches Selbst einen Wunsch und wenn ja, welchen?

Was davon kann mit welchen Helfern direkt jetzt davon erfüllt werden?

Gibt es etwas, was ich von meinem Weiblichen Selbst wissen sollte,
etwas, was gerade wichtig ist für mich?



Entdeckungsreise -6- Das Männliche Selbst

Der Fokus im Außen

Das Männliche Selbst – Der Innere Mann

Das Männliche Selbst ist die aktive Umsetzungskraft im Außen und der absolute Ruhepol im Innen. Es ist das Ruhefeld in uns. Im Gegensatz zum Weiblichen Selbst, das viele Rollen hat und deswegen bewegter scheint, ist das Männliche Selbst der Gegenpol – die absolute Ruhe.

Es bekommt die Vorhaben – die Perlen – von dem Weiblichen Selbst bzw. der Inneren Frau. Es macht sich in Ruhe von allen Seiten mit der Perle, also dem Vorhaben, vertraut und bringt sie dann mit seiner Kraft und Energie ins außen. Dabei geht es nicht um die Kommunikation, sondern lediglich um die Umsetzung. In der Kommunikation selbst ist es ein Zusammenspiel mit dem Weiblichen Selbst. Das Weibliche Selbst sammelt Informationen in der Kommunikation, das Männliche Selbst handelt über Kommunikation. Je mehr die beiden ein Team im Innen sind desto besser, klarer und authentischer können sie im Außen auftreten.

Der Fokus des Männlichen Selbstes liegt auf dem Außen. Es zieht all seine Kraft zusammen und bringt sie aktiv gebündelt in einem zielgerichteten Kraftstrahl für sein Vorhaben ein.

Von der Ruhe in die Kraft

Das Männliche Selbst wird nur aktiv, wenn es vom Weiblichen Selbst einen Handlungs-Impuls in Form einer Perle bekommt. Sobald das Männliche Selbst eine Perle übernimmt, geht es in die Umsetzung. Es wird aktiv, alle Kraft wird gebündelt, fokussiert und auf das Vorhaben ausgerichtet.

Es ist in diesem Moment wie ein Bogenschütze und schießt den Pfeil zielgenau im richtigen Moment durch ein entsprechend sinnvolles Handeln ab. Nach der Umsetzung zieht es sich wieder zurück und wird wieder zum ruhenden Pol.

Zur leichteren Erklärung dient das Bild von Perlen, die z.B. gesammelt oder gehütet werden. Perlen sind Persönlichkeitsaspekte, Ausdrucksweisen, Potentiale, Denken und Informationen aller Art, die zu unserer Essenz gehören.

Das Männliche Selbst im Mangel

- Du fühlst dich kraftlos und müde
- Du bist unfokussiert und handlungsunfähig
- Du fühlst dich träge
- Du bist in einer mangelnden Umsetzungskraft
- Du hast keinen klaren Blick für das Außen und auch nicht über das Wie, Was und Wo
- Du kannst die Vorhaben nicht erkennen
- Die Energie für Vorhaben verpufft, sie kann nicht ins Ziel geführt werden
- Du handelst sinnlos, am Ziel vorbei
- Du legst einen falschen Aktivismus an den Tag
- Du bist hibbelig und unruhig und fühlst dich verpeilt
- Du bist wie das Fähnchen im Wind und weißt nicht, was umzusetzen ist und worauf du deinen Fokus im Außen legen sollst

Das Männliche Selbst in der Essenz

- Du bist in deiner Kraft
- Du bist leistungsfähig und handlungsaktiv
- Du hast einen klaren Fokus
- Du hast einen klaren Blick auf die Dinge
- Du erkennst und weißt was zu tun ist
- Du nimmst Projekte und Vorhaben aktiv auf
- Du bist klar in deiner Umsetzung
- Dein Handeln ist zielführend
- Du ruhst vollkommen in dir, auch während deines Handelns

MODUL 1: ICH ENTDECKE MEINE ESSENZ

Der Innere Mann

Der Innere Mann ist ein kleiner Teil, ein vereinfachtes Bild des Männlichen Selbstes. Er gehört zur Persönlichkeit und ist der Ausdruck des Männlichen Selbstes im Außen.

Zuständigkeiten des Inneren Mannes

Der Innere Mann ist zuständig für die Umsetzung der Vorhaben. Er verkörpert das Männliche Alltags-Ich und bringt es im Außen durch aktives Handeln zum Ausdruck. Seine Anlage ist aus der inneren Ruhe heraus sich auf eine Sache zu fokussieren. Er setzt das Innen im Außen um und kommt von der gebündelten Kraft-Aktivität im Außen zurück in ein entspanntes Ruhen im Innen.

Rollen des Inneren Mannes mit Essenz- wie Mangelbeispielen

Innerer König

In der Essenz: Führung durch Klarheit, Souveränität, Erfahrung, Entscheidungsmacht, Herzenskraft, Weisheit, Besonnenheit, Ehre

Im Mangel: keine Führung und Verantwortung für sich selbst und im Miteinander übernehmen, über andere herrschen, sich beherrschen lassen, Unsicherheit, andere haben Entscheidungsmacht über mich, Führung aus dem eigenen Ego, Abhängigkeiten, bestechlich, erpressbar, korrupt, Versager-Energie, Unvermögen

Innerer Vater

In der Essenz: Geben, Standhaftigkeit, schützende Fürsorge/Sicherheit/Halt/Geborgenheit/Liebe gegenüber Kind, Versorger-Energie, Nest-Erbauer

Im Mangel: Geiz, mit Gewalt etwas festhalten, nicht Geben können, sich selbst unsicher fühlen, nicht zu mir und meinen Lieben stehen können, kümmert sich nicht um Existenzielles, halte mich mit Geschenken und Gaben zurück, übertriebenes Schenken um Anerkennung und Wertschätzung zu bekommen

Innerer Manager

In der Essenz: Strategie, Verstand, Planung, Rationalität, Überblick, forsch, offensiv, Umsetzung, Macher-Energie

Im Mangel: Chaos, energielos, planlos, Irrationalität, verliert den Überblick, agiert nur aus Verstand und Vernunft, handelt aus Tradition und starren festgefahrenen Strukturen, phlegmatisch, faul

Innerer Krieger

In der Essenz: Einstehen, Hinstehen, Handlungsfähigkeit, Durchgreifen, Kampf, Verteidigung, Entschlossenheit, Grenzen setzen, fokussierte Ausrichtung, Zielorientiert, gefestigt

Im Mangel: Rücksichtslosigkeit, seinen Standpunkt nicht vertreten, Verteidigungs- und Rechtfertigungsmodus, das Ziel aus den Augen verlieren, manipulierbar, sich nicht für sich selbst und seine Bedürfnisse einsetzen, übertriebene Härte, sich für andere mehr einsetzen als für sich selbst

Innerer Partner

In der Essenz: Liebe geben, Zärtlichkeit/ Liebe/Respekt/Achtsamkeit/Wertschätzung und Ergänzung gegenüber dem Weiblichen, aktive, gebende, Sexualität, körperliche Verbindung und Nähe

Im Mangel: Liebe einfordern, Unsensibilität/Lieblosigkeit/Respektlosigkeit/Unachtsamkeit, keine Wertschätzung und im Kampf gegenüber dem Weiblichen, Macht über das Weibliche, Ohnmacht gegenüber dem Weiblichen, einfordernde körperliche Sexualität, ablehnende Sexualität – vor allem auf Seelenebene

Innerer Freund

In der Essenz: Freizeitaktivität, Bewegung, unterwegs sein, Kräfte bündeln, aktive Gemeinschaft/Freundschaft leben

Im Mangel: bewegungsunfähig, bewegungslos, Bewegung/Aufmerksamkeit nur im kleinen Radius, Couch-Potato, Unlust mich mit etwas oder anderen, zu beschäftigen, ausschließlich Einzelgänger, Sozialphobie, sich nicht um Gemeinschaft und Freundschaften kümmern, sich zu viel im Außen und mit anderen abgeben

Innerer Gott

In der Essenz: Stärke, Kraft, Charisma, Attraktivität, nach außen gelebte Spiritualität, Verbindung zum Offensichtlichen, Sonnenkraft, Himmelfahrt

Im Mangel: mangelnde Ausstrahlung, Spiritualität aus dem Ego leben, keine Verbindung zur Geistigen Welt möglich, kein Interesse an der eigenen und allgemeinen Spiritualität, nur Fakten und nur Sichtbares zählen, keine Wirkungskraft

Eventuell nimmst du auf deinem Weg noch einzelne Ergänzungen wahr.

Besonderheit

Auf der Persönlichkeitsebene wird ein Teil der inneren Kern-Energie des Männlichen Selbstes besonders im Außen gelebt.

Der Stille Mann

In der Essenz: in sich gekehrt, gesammelt, in sich ruhend, kann gut schweigen, wachsam, kann Geheimnisse für sich bewahren, kann wunderbar ruhen und entspannen, mit allem zufrieden und im Einklang, bringt die Energie von allem von Außen nach Innen, sammelt Energie ein, genießt in Stille, verkörpert alle weiblichen Aspekte im Mann-Sein und in der Passivität

Im Mangel: spricht wenig, teilt sich nicht mit, zurückgezogen, unerreichbar, abwesend, innerlich unzufrieden, inaktiv, müde, kann die Gefühle und Bedürfnisse nicht zeigen und ausdrücken, hoher Schlafbedarf oder Ruhebedürfnis, braucht immer Action, kann Stille mit sich selbst kaum ertragen

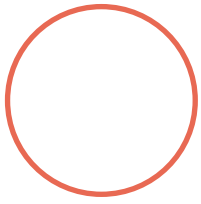
Das Zusammenspiel Innere Frau - Innerer Mann auf der Persönlichkeitsebene

Jeder der beiden Persönlichkeitsanteile lebt ein Teil der Kern-Energie des Selbstes auch im Außen und bildet damit einen Gegenpol zum anderen. Gerade dieses Wechsel- und Zusammenspiel zwischen Innen - Außen und Aktivität - Passivität verbindet die beiden, macht es so interessant miteinander und bringt eine Anziehung mit sich - im Mangel natürlich auch die Konflikte.

Das Weibliche Selbst ist im Innen aktiv und im Außen passiv.
Das Männliche Selbst ist im Innen ruhend und im Außen aktiv.

Das Power-Frau ist auf der Persönlichkeitsebene im Außen aktiv.
Der Stille Mann ist auf der Persönlichkeitsebene im Außen passiv.





Geschichten von Kate



Zum Weiblichen und Männlichen Selbst

„Meine Lieben – zum Weiblichen und Männlichen Selbst fällt mir die folgende Geschichte ein, die ich unbedingt mit euch teilen möchte:

Seit zwei Jahren bin ich in einem Elternvertreter-Gremium bei uns an der Schule tätig. Einmal im Jahr gibt es ein großes Schulfest. Hierfür bedarf es einer klaren Planung und vielen Helfern, damit es überhaupt umgesetzt werden kann. Da ich diesmal den Vorsitz hatte, war ich total aufgeregt und habe schon mit meinen Freundinnen telefoniert. Ich habe mir vieles aus dem Internet an Ideen heruntergeladen, ausgedruckt und alleine schon die Vorstellung, wie viel Arbeit hier auf mich zukam, hat mich hibbelig gemacht.

Dann war es so weit. Der erste Abend und ich stand an der Tafel um alle des Gremiums zu begrüßen und mit in das Projekt einzubinden. Ich habe also alles, das ich gesammelt hatte, vorgestellt und verschiedenes vorgeschlagen und war mir sicher, dass dies der richtige Weg ist. Doch dann kamen Rückfragen und Meinungsverschiedenheiten auf und – kurzum – alles wurde zerredet und wir gingen nach einer dreiviertel Stunde fast in einem Streit auseinander. Oh mein Gott. Ich war so aufgelöst als ich nach Hause kam und habe mich erst einmal in die Badewanne gelegt zum Entspannen.

Dann habe ich mich an dieses Thema mit dem Weiblichen und Männlichen Selbst erinnert. Könnte es sein, dass ich hier eine Lösung dafür finde, warum alles so schiefgelaufen ist?

Beim Betrachten des Weiblichen Selbstes im Mangel ist mir gleich mein Zerstreutsein aufgefallen und dass ich anscheinend willenlos beim Sammeln von diesen vielen Ideen war – ungefiltert und ohne Fokus. Ja, den Fokus nach Innen, was es denn überhaupt braucht. Die ganze Zeit hatte ich meinen Fokus da draußen, dass etwas Tolles entstehen kann. Wow. Das hat mich dann erst einmal nachdenklich gemacht. Wie sieht es denn mit dem Männlichen Selbst aus? Umsetzung – Fokussierung – Ruhe?

Nichts davon zu spüren – nicht einmal annähernd. Auch das hat mich nachdenklich gemacht. Na, wie soll denn auch etwas in die Umsetzung gebracht werden, wenn der Ursprung so hibbelig und unklar ist und sich nur im Außen orientiert?

MODUL 1: ICH ENTDECKE MEINE ESSENZ

Sicher ist dieses Beispiel auf eine Situation mit Menschen bezogen und nicht auf meine Selbst. Doch in dieser Geschichte spiegelt es genau diese Zuständigkeiten wider.

Also habe ich mir überlegt, wie ich es anders machen kann. Ich habe mich mit dem Weiblichen Selbst in seiner Essenz verbunden und dabei an das Projekt gedacht. Wow! Ganz klar habe ich mich plötzlich gefühlt und gesehen, was denn nicht so optimal lief. Alle Informationen, die ich gesammelt hatte, habe ich erst einmal aussortiert. Vieles war dabei, das gar nicht zu unserer Schule gepasst hatte. Da habe ich gemerkt, wie sehr ich mich an der Stelle verloren hatte.

Nach einer Stunde Badewanne mit mir, dem Weiblichen und dem Männlichen Selbst, habe ich beschlossen, zeitnah eine neue Sitzung mit den anderen Elternvertretern zu planen.

Gesagt, getan. Wir trafen uns und ich war so mutig, ihnen über meine eigenen Einsichten zu erzählen. Sie haben gelacht und eine Mutter sagte: „Na ja, wie im richtigen Leben – hinter jedem klar ausgerichteten starken erfolgreichen Mann steht eine klar ausgerichtete starke erfolgreiche Frau!“ – Ach Gott! So habe ich das noch gar nicht gesehen. Und es geht ja auch gar nicht darum wer stärker ist, sondern tatsächlich um das Zusammenspiel.

Wir haben dann gemeinsam Ideen gesammelt, die für unser Schulfest passend wären, haben sie sorgfältig durchdacht und geordnet, priorisiert und kamen sogar am gleichen Abend zu einem einstimmigen Ergebnis. Alle fühlten sich eingebunden. Mit der großen Perspektive auf die Dinge gingen wir dann zu dem Teil des Männlichen Selbstes über und haben gleich Arbeitsgruppen gegründet, die sich bis zum, während und nach dem Schulfest für die Umsetzung von allem Geplanten kümmern.

Großartig! Das Schulfest war ein echter Erfolg für alle Beteiligten. Was für ein Erlebnis. Es ist also so, wie im Innen auch im Außen übertragbar und sehr, sehr hilfreich. Und am wichtigsten für eine erfolgreiche Umsetzung ist es, dass diese beiden Selbstes wirklich Hand in Hand zusammenarbeiten.“

Jetzt bist du dran!

Dein Weibliches Selbst hast du schon kennengelernt. Jetzt darfst du Bekanntschaft mit deinem Männliches Selbst machen.

MEINE ERLEBNISSE - das Männliche Selbst

Wie geht es meinem Männlichen Selbst?

Fühlt es sich in seinem Raum wohl oder möchte es gerne etwas verändert haben?

Gibt es im Raum etwas zu verändern oder neu zu gestalten?

MODUL 1: ICH ENTDECKE MEINE ESSENZ

Hat mein Männliches Selbst einen Wunsch und wenn ja, welchen?

Was davon kann mit welchen Helfern direkt jetzt davon erfüllt werden?

Gibt es etwas, was ich von meinem Männlichen Selbst wissen sollte, etwas, was gerade wichtig ist für mich?

Essenz

CHECKLISTE

Nº 5

Ich entdecke meine Essenz

Kennenlernen meines Weiblichen Selbstes

Kennenlernen meines Männlichen Selbstes