

"Wie hole ich mir über mein Kontroll-Drama Energie?"

Transformation aller Typen

Transformation in 5 Schritten

1. Schritt: eigene Kontroll-Drama bewusst machen
2. Schritt: Zusammenhänge erkennen. Aus Vergangenheit durch Familie eigenes Verhaltensmuster verstehen.
3. Schritt: Akzeptanz der Analyse und somit des Familienmusters
4. Schritt: Lösung durch Transformation
5. Schritt: Danken und bedingungslos das Neue lieben

Die Basis eines jeden Kontroll-Dramas ist Angst. Das heißt, dass wir gelernt haben und somit glauben, dass wir ohne die Verbindung zu unseren Eltern nicht überlebensfähig sind. Wenn wir von unseren Eltern Liebe also Aufmerksamkeit, sprich Energie, erhalten haben, fühlen wir uns sicher, sind angebunden, vertrauen, sind gestärkt, glücklich und das ist die Basis für ein harmonisches Leben. Wenn das nicht gegeben ist und wir von unseren Eltern nur Liebe, also Energie, aus einem Be-Ziehungs-Drama zum Energiegewinn erhalten haben, entwickelten wir eine Angst. Angst bedeutet Enge und somit Getrennt-Sein von der göttlichen Quelle. Wir haben dann kein Vertrauen in unseren Seelenplan, dass wir geführt sind und die Kontrolle an unsere Seele abgeben dürfen.

Mit dem Wissen über die Existenz einer uns allen jederzeit zur Verfügung stehenden und zugänglichen universellen Energiequelle ist die Identifizierung mit einem Kontroll- bzw. Überlebensmuster hinfällig. Verbinden wir uns somit mit unserer inneren, sprich göttlichen, Quelle, um diese auf Angst basierenden Dramen zu transformieren. Erhöhen wir uns auf eine fein stoffliche Ebene. Mit der Energieerhöhung der Kontroll-Dramen erhellen wir diese und wandeln sie in positive Aspekte um. Also die eine polare Seite eines Dramas in Balance mit der anderen polaren Seite bringen, ohne Wertung und Beurteilung oder Interpretation. Minus und Plus Pol ausgleichen und in die Mitte bringen.

Wenn wir erkennen, welcher Kontrolltyp wir selber sind und dies klären, geschieht Heilung auf allen Ebenen. Die Lösung ist, unsere Vergangenheit zu transformieren, indem wir die Herkunft des Dramas analysieren. Dies geht von den Eltern aus. Sie wirken vor allem in unserer Prägezeit (ersten drei Lebensjahre) als Vorbild und haben Einfluss auf unsere Weiterentwicklung. Die eigene Vergangenheit zu sehen, heißt auch, unsere Kontrollmechanismen zur Gewinnung von Aufmerksamkeit, Liebe, Anerkennung, Unterstützung, sprich Energie, verstehen zu lernen. Wenn wir somit unsere Eltern und uns betrachten, daraus Zusammenhänge erkennen und uns dazu in positive Verbindung setzen und anfangen, es zu akzeptieren, dann verschiebt sich unsere Wahrnehmung von alleine und ein Paradigmenwechsel findet statt. Somit wandeln wir unsere alten Gewohnheiten in positive und stärkende Bestandteile unseres Lebens.



In den meisten Fällen erfährt der Mensch zuerst eine Verschlimmerung seiner sowieso schon sehr angespannten und blockierten Lage. Diese ist auf den ersten Blick scheinbar ein negatives Ereignis, z. B. Scheidung, Trennung, Konkurs, Jobverlust, Krankheit, Tod, und führt zu Schmerz, Desillusionierung, Erniedrigung, Isolation und ein Gefühl des Versagens. Dadurch wird die innere Angst ausgelöst und leitet den Heilprozess ein, weil der betreffende Mensch endlich den Willen aufbringt, Veränderung mit allen Konsequenzen herbeizuführen und Verantwortung für die Notwendigkeit des eigenen Lernprozesses zu übernehmen.

Was lernen wir aus unserem Drama

Die Beziehung zu unseren Eltern spiegelt sich in der Beziehung zu anderen Menschen wieder. Jede Situation, jede Begegnung birgt eine Botschaft. Der Körper gibt bereits Hinweise in gestressten und unruhigen Situationen. Somit auf die Intuition und die eigenen Gefühle und Eindrücke achten und vertrauen, um nicht in ein reaktives Verhaltensmuster zu fallen.

Die Wahrheit der eigenen Emotionen aussprechen. Diese Konfrontation aushalten. Das führt zu einer Änderung im Verhalten. Als auch lernen, freundliches Feedback zu geben. Um Hilfe bitten. Den Sachverhalt klar und offen darlegen. Bei der eigenen inneren Wahrheit bleiben. So beziehen wir den anderen Menschen in die Problem-Lösung mit ein. Wir sind ausschließlich für uns selbst verantwortlich.

Durch die Analyse des eigenen Dramas nehmen wir einen erweiterten Blickwinkel ein. Damit akzeptieren wir die aktuelle Situation und das führt immer zur Transformation der tief vergrabenen Ursachen.

Analyse des eigenen Dramas

Wie steige ich aus meinem Kontroll-Drama aus?

Der wichtigste Schritt ist die Bewusstmachung des eigenen Verhaltens. Was habe ich als Kind für ein Energie-Drama erlernt? Dazu ist es anfangs leichter, bei anderen Menschen das Drama zu beobachten. Und es dann in Bezug zum eigenen Verhalten zu stellen. Vor allem bei jeglicher Art von Stress oder schon Unruhe, zeigt sich das antrainierte Drama.

Einschüchterer:

Ist streitlustig, ungeduldig, engstirnig, ärgerlich oder bedroht und dominiert andere Menschen.

Armes Ich:

Beschwert sich häufig. Konzentriert sich auf bestimmte Probleme in der Hoffnung, andere eilen zu seiner Rettung herbei.

Vernehmungsbeamter:

Verdächtigt andere. Hat den Eindruck, dass er nicht genügend Aufmerksamkeit von anderen erhält. Stichelt häufig. Macht anderen Vorwürfe oder verhört diese.



Unnahbarer:

Wahrt die Distanz. Spielt „schwer-zu-krigen“. Geht Situationen aus dem Weg, in denen er etwas von sich preis geben müsste, aus Angst, verurteilt zu werden.

Mache dir auch bewusst, welchen Typus du anziehst. Höre damit auf, ergänzende Dramen zu liefern. Achte darauf, wie du im Alltag interagierst. Gegebenenfalls ziehe dich aus dem Drama-Spiel zurück.

Da das Drama immer mit Angst zu tun hat, sich auch folgende ergänzende Fragen stellen:

*) Wovor hatte meine Mutter Angst? Welches Verhalten hat sie dabei zur Schau gestellt?

*) Wovor hatte mein Vater Angst? Welches Verhalten stellte er dabei zur Schau?

*) Wovor habe ich Angst? Wie verhalte ich mich? Gibt es in meinem Verhalten Ähnlichkeiten mit meinen Eltern?

Angst transformieren: https://youtu.be/DQx_dzGrSCo

Deswegen rufe dir ins Gedächtnis, dass deine Reaktion aus den Unsicherheitsgefühlen deiner Kindheit resultiert und dort die tiefen Wurzeln hat. Die Analyse der frühen Kindheit zeigt uns auf, woher unser Kontroll-Drama stammt. Wenn wir den Grund für die Entstehung des Dramas einmal bearbeitet und vergeben haben, erkennen wir auch den tieferen dahinter liegenden Grund für unsere Anwesenheit in unserer Familie. Anhand der Stärken unserer Eltern und einiger ihrer unerledigten Entwicklungsfragen ergibt sich unsere eigene Lebensaufgabe sowie unsere Aufgabe auf dieser Welt.

Achte auch auf deinen Körper, wie er in Stress-Situationen reagiert. Wenn du unter Kritik oder Befragung stehst, neigt dein Körper zu Verspannung, Versteifung, Steifheit, Kälte oder Angstgefühl. Diese bestätigen den Verdacht, dass du dich im Wettstreit um Energie befindest und dein inneres Zentrum verloren hast.

Sobald wir nun unser Drama erkannt und angesprochen haben, es also sichtbar machen, funktionieren die programmierten Mechanismen zur Energiegewinnung nicht mehr so gut. Wir ändern unsere Wahrnehmung und unsere Handlung und Aussagen. In einem Gespräch zeigt sich dann schließlich immer die Wahrheit und der andere Mensch ist automatisch aufrichtiger und ehrlicher.

Das Drama, sowohl sein eigenes, als auch das des bzw. der anderen Menschen, für sich zu benennen, bedeutet, zu erkennen, ob ein Kampf um Energie im Gange ist und wir uns z.B. überrumpelt, festgefahren, unter Druck gesetzt oder machtlos fühlen. Weiters zeigt es auch, dass wir die Wahrheit zu unseren eigenen Gefühlen nicht mehr kaschieren. Wir setzen die notwendigen Schritte, um uns von derartigen Situationen zu lösen. Es geht nämlich auch nie um die gesprochenen Inhalte oder die Ereignisse, sondern immer um dieses Energie-Machtspiel.

Wenn ich achtsam bin, beobachte ich und nehme ich wahr, ob ich mich verteidige, bedroht bin, mich schuldig fühle, mich festgefahren fühle oder verwirrt bin. Dann entscheide ich für mich, ob ich den Kampf um Energie weiterführe oder die Situation bewusst ändern will. Seien wir mutig und steigen wir aus einer Situation aus, sobald wir das Gefühl haben, sie ist fest gefahren. Sobald wir diese notwendige Energiegewinnungs-Massnahme, also unser Drama, aufgeben, sind wir in der Lage, unseren Verhaltensmustern zu widerstehen.



Die Benennung des Dramas, vor allem es dem anderen mitzuteilen, gestaltet sich herausfordernd, wenn Emotionen oder gar Angst im Spiel sind. Wichtig ist, die Wahrheit an den Tag zu bringen. Auf jeden Fall ist es wichtig, dass wir in solchen Situationen erst recht die göttliche Energie, sprich bedingungslose Liebe und Herzlichkeit, sowie Verständnis auf den anderen Menschen projizieren. Daraufhin führt uns die Seele und hilft uns im richtigen Moment die richtigen Worte zu wählen. Vertrauen wir wieder vermehrt darauf. Einfach mit verschiedenen Herangehensweisen experimentieren. Und ruhig sich trauen andere Worte zu wählen, auch wenn es anfangs nicht so stimmig klingt. Du bist gerade dabei neue Muster zu erlernen.

In Gegenwart eines **Einschüchterers**:

„Weshalb bist du so verärgert?“

„Mir scheint, dass ich Angst vor dir haben soll?“

In Gegenwart eines **armen Ichs**:

„Ich habe den Eindruck, dass du mich für die negativen Umstände in deinem Leben verantwortlich machst.“

„Ich fühle mich gerade in deiner Gegenwart irgendwie schuldig. Vielleicht ist dir das nicht bewusst, dass du gerade Schuld im Außen suchst.“

In Gegenwart eines **Vernehmungsbeamten**:

„Ich mag dich. Im Moment fühle ich mich bei dir kritisiert.“

„Gibt es außer dem eben besprochenen Thema noch etwas anderes, was dich stört?“

In Gegenwart eines **Unnahbaren**:

„Ich habe den Eindruck, dass du Ruhe haben und dich zurückziehen willst. Wie fühlst du dich?“

„Ich spüre, dass du eine Distanz gerade einnimmst. Willst du dich zurückziehen?“

Stellen wir uns weiters folgende Fragen:

* Was lerne ich aus meinem erkannten Kontroll-Drama

* Neige ich dazu, Dinge persönlich zu nehmen, selbst wenn es gar nicht um mich geht?

* Mache ich mir die Schwächen anderer zu Nutze?

Das Leben ist ein Spiegel. Reflektieren wir unsere Erlebnisse mit anderen Menschen. Betrachten wir so gut es geht objektiv Begegnungen. Wie ähnelt der andere Mensch meinen Eltern? Reagiere ich dann so, wie ich als Kleinkind reagiert habe? Was uns an anderen stört, ist ein Hinweis darauf, worauf wir bei uns selbst schauen sollen. Meistens sind wir nicht bereit, dies zu tun. Mit dem Finger auf andere zu zeigen oder hinter ihrem Rücken über sie zu reden, heißt, andere zu beschämen anstatt sie zu verstehen. Es kommt zu einem Energieabfall. Daher akzeptieren wir uns und andere, so wie jeder ist. Auch wenn wir andere nicht mögen oder uns das Verhalten missfällt, geht es im Leben darum, Erfahrungen zu machen, um uns selbst zu erkennen, selbst zu lieben und in eine liebende Verbindung mit anderen zu treten. Vergleiche, Schuldzuweisungen oder Verurteilungen bringen niemanden etwas. Lassen wir unser Kontroll-Drama los und verlieren wir dabei nicht den Humor. Daher stellen wir bei jeder Gelegenheit in unserem Inneren einen Zustand friedlicher Ganzheit her. Am Besten dafür Reflexionen bzw. Gedanken niederschreiben. Und erlauben wir uns wieder, aus jeder Situation etwas zu lernen. Vermeiden wir es, den Lauf der Dinge permanent zu bewerten und zu beurteilen.



Schauen wir hinter die Dramen und somit auf das wahre Wesen, die Seele. Bleiben wir in Kontakt mit unserer eigenen inneren Quelle und strahlen die göttliche Energie immer öfter im Alltag aus. Jede Begegnung, also jeder Mensch in unserem Leben, ist eine Botschaft des Universums an uns. Im Energiekampf geht diese Botschaft unter. Daher verzichten wir freiwillig auf den Energiegewinn durch andere und geben selbstverständlich einfach selber Energie durch uns von der göttlichen Quelle. So bekommen wir auch wiederum (meistens unbewusst) Energie vom anderen Menschen. Mit geöffnetem Herzen gehen wir friedvoll und gelassen auf andere zu. Es entsteht dann eine bewusste Energieerhöhung. Energieanhebung.

Anbindung an die göttliche Quelle durch die Zentrierung mit der Atmung
https://youtu.be/QfbyIP_3z9c

Das Leben ist eine stetige Reise im Wandel der Zeit.

Fragen zur Analyse des Kontroll-Dramas Männliche und Weibliche Seite (Yin und Yang)

A. Männliches Prinzip

1.) Beobachtung der männlichen Energie / der Vater

Vom Vater erlernen wir die männlichen Eigenschaften.

Die Rolle des Vaters besteht darin, uns mit unserer Kraft und unserer Führungsfähigkeit in Verbindung zu bringen. Der Vater bringt dem Kind selbständig zu sein bei. Mit unserer inneren männlichen Seite setzen wir Ziele in die Tat um. Wir lernen Autorität und unsere eigene Identität. Hatten wir ein schlechtes bzw. gestörtes Verhältnis zu unserem Vater, gibt es meistens Schwierigkeiten mit Autoritätspersonen und mit der eigenen Identitätsfindung. Wir haben dann diese innewohnende Kraft und Macht nicht vollständig angenommen.

- * Wie war das Verhältnis zu meinem Vater?
- * Was arbeitete mein Vater? Wie war er tätig?
- * War er stolz auf das, was er tat?
- * Was waren seine Stärken?

- * Beschreibe deinen Vater mit positiven Worten: z.B. intelligent, abenteuerlustig, liebevoll.
- * Welche 2 Worte geben seine Persönlichkeit am Besten wieder?
- * Was war einzigartig an ihm?

- * Beschreibe deinen Vater mit negativen Eigenschaften: z.B. kritisch, herrisch, voreingenommen.
- * Wodurch wurde sein negatives Verhalten ausgelöst?
- * Welche 2 Worte geben seine schlimmsten Eigenschaften am Besten wieder?

- * Beschreibe die Kindheit deines Vaters so gut, es geht.



- * War er glücklich? Vernachlässigt? Musste er schon früh helfen, arbeiten?
- * War er arm oder reich?
- * Überlege welche Kontroll-Dramen die Eltern des Vaters hatten.
- * Wie hat seine Kindheit die Entscheidungen und das spätere Leben beeinflusst?
- * Was war ihm am Wichtigsten?
- * Welche Aussage, welcher Satz kennzeichnet die Lebensphilosophie des Vaters am Besten?
- * Beschreibe, was, deiner Meinung nach, deinem Vater in seinem Leben fehlte.
- * Was hätte er mit seinem Leben gemacht, wenn er mehr Zeit, Geld, Bildung oder andere Gelegenheiten gehabt hätte?

2.) Energieanalyse des Männlichen

- * Welche der untenstehenden Aussage beschreibt die Haltung des Vaters am Besten. Wenn mehrere zutreffen, schreibe einen prozentuellen Anteil daneben (z.B. Armes Ich 60%, Unnahbar 40%)?

Einschüchterer:

Kurz vor dem Explodieren. Bedrohlich. Erteilte Befehle. Unflexibel. Ärgerlich. Egoistisch. Verbreitete Angst.

Armes Ich / Opfer:

Sah meistens nur das Negative. Suchte förmlich nach Problemen. Sprach dauernd davon, zu viel zu tun zu haben oder müde zu sein. Machte mich für seine ungelösten Probleme verantwortlich.

Vernehmungsbeamter:

Forschte nach, was ich tat. Kritisch. Unterminierend. Stichelnd. Unfehlbar logisch. Sarkastisch. Überwachend.

Unnahbarer:

Wahrte Abstand. Oftmals abwesend. Nicht sonderlich interessiert an meinem Leben. Unzugänglich. Geheimniskrämerisch. In Zeitnot.

3.) Meine Reaktion auf das Männliche

- * Wie reagierte ich, wenn mein Vater sich innerhalb seines Kontroll-Dramas befand?
- * Welches untenstehende Drama beschreibt am Besten meine Reaktion als Kind. Wenn mehrere zutreffen, schreibe einen prozentuellen Anteil daneben (z.B. Armes Ich 60%, Unnahbar 40%)?

Einschüchterer:

Habe ich mich meinem Vater gegenüber behauptet und war ich rebellisch oder unnachgiebig?



Armes Ich/Opfer:

Habe ich meinem Vater signalisiert, dass ich Hilfe, Geld, Unterstützung und Aufmerksamkeit von ihm brauche, indem ich mein Augenmerk ihm gegenüber auf meine Schwierigkeiten legte, um Aufmerksamkeit von ihm zu erlangen?

Vernehmungsbeamter:

Versuchte ich durch Fragen seine Aufmerksamkeit zu gewinnen? Versuchte ich schlauer zu sein als er oder Schwachstellen in seiner Argumentation zu finden?

Unnahbarer:

Habe ich mich in mein Zimmer oder in mich selbst zurückgezogen und bin meinen eigenen Dingen nachgegangen? Habe ich mich oft außerhalb des Elternhauses aufgehalten? Habe ich meine wahren Gefühle verborgen?

4.) Erlerntes aus dem Männlichen

Meine Beobachtungen zum Leben meines Vaters sind sowohl meine positiven als auch negativen Glaubenssätze.

* Vollende den folgenden Satz mit positiven Aspekten:
Wie mein Vater, so bin auch ich ...

* Vollende den folgenden Satz mit negativen Aspekten:
Wie mein Vater, so bin auch ich ...

* Vom Vater habe ich gelernt, dass ich Folgendes tun sollte, um erfolgreich zu sein:
...

Diese Glaubenssätze und Wertvorstellungen haben viele unsere Entscheidungen im Leben positiv und negativ beeinflusst.

* Nach Betrachtung des Lebens meines Vaters will ich mehr:
...

* Wofür bin ich meinem Vater dankbar?

* Ich verzeihe meinem Vater für ...

* Welche Dinge/Eigenschaften, die meinem Vater fehlten, will ich für mich entwickeln?

Diese Eigenschaften sind vielleicht schon teilweise in unseren Fähigkeiten vorhanden und haben unsere Berufsentscheidung, Fragen des Lebensstils, Beziehungen, Verhalten gegenüber anderen Menschen, spirituelle Fragen geprägt.



B. Weibliches Prinzip

1.) Beobachtung der weiblichen Energie / die Mutter

Von der Mutter erlernen wir die weiblichen Eigenschaften.

Die Rolle der Mutter besteht darin, unsere Zielvorstellung zu kreieren und uns zu zeigen, was in unserem Leben Herz und Bedeutung für uns hat. Das Weibliche in unserem Leben hilft uns die Kommunikation mit anderen Menschen zu entwickeln. Normalerweise bringt uns unsere Mutter in Verbindung mit unseren Fähigkeiten, zu heilen, zu trösten, andere zu unterstützen. Hatten wir ein schlechtes bzw. gestörtes Verhältnis zu unserer Mutter, sind wahrscheinlich intime Probleme vorhanden. Der „Liebesentzug“ bzw. der Mangel oder die Überforderung von Mütterlichkeit führt oft zu übermäßigen Geldausgaben oder mangelnden Einkünften.

- * Wie war das Verhältnis zu meiner Mutter
- * Was arbeitete meine Mutter? Wie war sie tätig? Welche Aktivitäten führte sie aus?
- * War sie stolz auf das, was sie tat? War sie erfüllt?
- * Was waren ihre Stärken?

- * Beschreibe deine Mutter mit positiven Worten: z.B. intelligent, abenteuerlustig, liebevoll
- * Welche 2 Worte geben ihre Persönlichkeit am Besten wieder?
- * Was war einzigartig an ihr?

- * Beschreibe deine Mutter mit negativen Eigenschaften: z.B. kritisch, streng, unsicher, voreingenommen
- * Wodurch wurde ihr negatives Verhalten ausgelöst?
- * Welche 2 Worte geben ihre schlimmsten Eigenschaften am Besten wieder?

- * Beschreibe die Kindheit deiner Mutter so gut, es geht.
- * War sie glücklich? Vernachlässigt? Musste sie schon früh helfen, arbeiten? War sie arm oder reich?

- * Überlege welche Kontroll-Dramen die Eltern der Mutter hatten
- * Wie hat ihre Kindheit die Entscheidungen und das spätere Leben beeinflusst?

- * Was war ihr am Wichtigsten?
- * Welche Aussage, welcher Satz kennzeichnet die Lebensphilosophie der Mutter am Besten?

- * Beschreibe, was, deiner Meinung nach, deiner Mutter in ihrem Leben fehlte
- * Was hätte sie mit ihrem Leben gemacht, wenn sie mehr Zeit, Geld, Bildung oder andere Gelegenheiten gehabt hätte?



2.) Energieanalyse des Weiblichen

* Welche der untenstehenden Aussage beschreibt die Haltung der Mutter am Besten. Wenn mehrere zutreffen, schreibe einen prozentuellen Anteil daneben (z.B. Armes Ich 60%, Unnahbar 40%)?

Einschüchterer:

Kurz vor dem Explodieren. Bedrohlich. Erteilte Befehle. Streng. Unflexibel. Ärgerlich. Egoistisch. Verbreitete Angst.

Armes Ich/Opfer:

Sah meistens nur das Negative. Suchte förmlich nach Problemen. Sprach dauernd davon, zu viel zu tun zu haben oder müde zu sein. Machte mich für seine ungelösten Probleme verantwortlich.

Vernehmungsbeamter:

Forschte nach, was ich tat. Kritisch. Unterminierend. Stichelnd. Unfehlbar logisch. Sarkastisch. Überwachend.

Unnahbarer:

Wahrte Abstand. Oftmals abwesend. Nicht sonderlich interessiert an meinem Leben. Unzugänglich. Geheimniskrämerisch. In Zeitnot.

3.) Meine Reaktion auf das Weibliche

* Wie reagierte ich, wenn meine Mutter sich innerhalb ihres Kontroll-Dramas befand?
* Welches untenstehende Drama beschreibt am Besten meine Reaktion als Kind. Wenn mehrere zutreffen, schreibe einen prozentuellen Anteil daneben (z.B. Armes Ich 60%, Unnahbar 40%)?

Einschüchterer:

Habe ich mich meiner Mutter gegenüber behauptet und war ich rebellisch oder unnachgiebig?

Armes Ich/Opfer:

Habe ich meiner Mutter signalisiert, dass ich Hilfe, Geld, Unterstützung und Aufmerksamkeit von ihr brauche, indem ich mein Augenmerk ihr gegenüber auf meine Schwierigkeiten legte, um Aufmerksamkeit von ihr zu erlangen?

Vernehmungsbeamter:

Versuchte ich durch Fragen ihre Aufmerksamkeit zu gewinnen? Versuchte ich schlauer zu sein als sie oder Schwachstellen in ihrer Argumentation zu finden?

Unnahbarer:

Habe ich mich in mein Zimmer oder in mich selbst zurückgezogen und bin meinen eigenen Dingen nach gegangen? Habe ich mich oft außerhalb des Elternhauses aufgehalten? Habe ich meine wahren Gefühle verborgen?



4.) Erlerntes aus dem Weiblichen

Meine Beobachtungen zum Leben meiner Mutter sind sowohl meine positiven als auch negativen Glaubenssätze.

* Vollende den folgenden Satz mit positiven Aspekten:
Wie meine Mutter, so bin auch ich ...

* Vollende den folgenden Satz mit negativen Aspekten:
Wie meine Mutter, so bin auch ich ...

* Von meiner Mutter habe ich gelernt, dass ich Folgendes tun sollte, um erfolgreich zu sein:

...

Diese Glaubenssätze und Wertvorstellungen haben viele unsere Entscheidungen im Leben positiv und negativ beeinflusst.

* Nach Betrachtung des Lebens meiner Mutter will ich mehr:

...

* Wofür bin ich meiner Mutter dankbar?

* Ich verzeihe meiner Mutter für ...

* Welche Dinge/Eigenschaften, die meiner Mutter fehlten, will ich für mich entwickeln?

Diese Eigenschaften sind vielleicht schon teilweise in unseren Fähigkeiten vorhanden und haben unsere Berufsentscheidung, Fragen des Lebensstils, Beziehungen, Verhalten gegenüber anderen Menschen, spirituelle Fragen geprägt.



C. Zusammenfügung Ausgleich von Männlichem und Weiblichem

* Füge jetzt die oben analysierten Antworten zusammen, um die Dinge bewusst herauszukristallisieren, die dich positiv wie negativ geprägt haben.

VATER

MUTTER

Persönliche Aussage
Wertvorstellungen
Haupterrungenschaften
Enttäuschungen
Fehlende Elemente
Wie die Eltern mich verletzten,
jeder auf seine Art und was ich daraus gelernt habe
Wie sie mich inspiriert haben
Das Geschenk von beiden an mich ...

* Vollende die folgenden Aussagen

Die positive Intention hinter meiner frühen Kindheit und dem Einfluss meiner Eltern bestand darin, dass ...

Nach Berücksichtigung der Lebensläufe meiner Eltern erkenne ich jetzt, dass ihre Leben mich auf meines vorbereiten haben, ...

Meine Lebensfrage steht im Zusammenhang ...

Affirmation:

Ich entwickle mich entsprechend den Bedürfnissen meiner Seele und integriere dabei alles, was ich von meiner Kindheit bis heute gelernt habe, in mein Leben.



D. Mein Leben / Meine Lebensaufgabe

Wenn dir noch nicht ganz klar ist, was du durch deine Eltern für Fähigkeiten für deine Lebensaufgabe entwickeln durftest, helfen dir die Antworten aus der oberen Frage „Von meinen Eltern habe ich gelernt, dass ich Folgendes tun sollte, um erfolgreich zu sein...“

Weitere Fragen:

- * Wenn ich leben kann, wie ich will, wie schaut dieses Leben aus?
„Mein Leben“ beschreiben.
- * Welche Ereignisse in meinem Leben und welche Interessen, Aktivitäten, Jobs und Beziehungen wiederholten sich bzw. zeigen einen roten Faden auf und bereite(te)n mich auf meine Lebensaufgabe vor?
- * Was gefällt mir an meinem Leben am Besten?
- * Was will ich an meinem Leben am Liebsten ändern?
- * Inwieweit hat mein Kontroll-Drama mein Leben beeinflusst?
- * Wenn ich es noch nicht gemacht habe, bete und bitte ich ab sofort meine Seele um bewusste Hinweise, wie ich ein erfüllteres Leben lebe. Wenn ich es schon gemacht habe, wie habe ich es bis dato gemacht bzw. wie mache ich es?
- * Auf welche Weise halte ich Verbindung zu meiner inneren Welt bzw. zur göttlichen Quelle, um liebevoller und friedvoller zu sein?
- * Welche Synchronizitäten bzw. welche Fügungen/Einflüsse/Eingebungen sind mir in letzter Zeit aufgefallen?
- * Erstelle dir eine Tabelle mit Namen von Menschen in deinem Leben, welche dir wichtig sind bzw. die dich geprägt haben und analysiere ihre Energieform bzw. ihr Kontroll-Drama. Was hast du von jedem Menschen gelernt?
Sowohl Negatives als auch Positives?

Die positiven Wandlungen der Kontroll-Dramen sind:

- | | |
|--------------------|--|
| Einschüchterer | → Führungsperson, Trainer, Ausbilder |
| Vernehmungsbeamter | → Berater, Lehrer, Anwalt, Forscher |
| Unnahbarer | → Freier Denker, Priester, Prediger, Künstler, Lehrer, Heilberuf |
| Armes Ich | → Reformier, Sozialarbeiter, Heilberuf |



Impressum

In unserer SeelenNavigator KÖRPER-WERKSTATT & SEELENWASCHSTRASSE gibt es verschiedene Methoden und Anwendungen zum Ausgleich von Körper, Geist und Seele auf allen Ebenen (mental, emotional und körperlich). Ebenso zum Energietanken.

Wir, Dr. Yvonne Rutka & Thomas Bonneß, haben einen eigenen Praxis- und Musik- bzw. Energieraum für unsere Tätigkeiten.

Thomas gibt hier Shiatsu-Massagen und macht dies auch mobil bei dir zu Hause (im Raum südliches Waldviertel und Wien, anderer Ort auf Anfrage).

Wir begleiten in der Gesundheits-Erhaltung und Gesundheits-Prävention mit dem Quanten-Resonanz-Magnet-Analysator, mit Aloe Vera (Forever Living), sowie mit basischen Produkten, als auch mit mentalen Methoden (Körper ABC Online-Kurs; Körper-Bewusst-Seins Tipps und Übungen).

Bei uns trinkst du immer reines, kristallklares Wasser. Wir sind Partner der Firma „Bela Aqua“. Thomas informiert dich diesbezüglich gerne und macht auch vor Ort eine kostenlose Wasser-Analyse deines Trinkwassers. Bei Interesse einfach melden.

Thomas analysiert anhand des Geburtsdatums aus dem Maya-Kalender deine Stärken und Eigenschaften für Persönlichkeitsentwicklung. Darüber hinaus auch dein persönlich laufendes Kalenderjahr. Dies erklärt er dir gerne via Telefon, WhatsApp oder Messenger mittels Video-Telefonie.

Die tägliche Tagesqualität anhand der Mayas beschreibt er kostenlos in der Whats App und Telegram Gruppe, sowie in Facebook. Siehe Links oben.

Musikalisch gibt es von Thomas 2 CDs in erhöhter Schwingungsfrequenz von 453 Hertz aufgenommen.

1. CD „ALLES IST GUT“

Lied „Gemeinsam statt einsam“: <https://youtu.be/LgU1fGzLFns>

2. CD „JA ICH BIN BEREIT“

Lied „Ja ich bin bereit“: <https://youtu.be/onMIRXnLiN0>

Seit April 2022 haben wir unser Portfolio mit Edelmetallen erweitert. Wir verwenden unter anderem kolodiales Gold und Silber, erklären die alchemistische Bedeutung von Edelmetallen und vermitteln Vermögensaufbau unabhängig von Inflation. Bei Interesse informiert dich Thomas gerne.

Dr. Yvonne Rutka, hat sich ganz auf die lebensphilosophische Begleitung und Betrachtung zur Persönlichkeitsentwicklung spezialisiert. Sie kreiert 28-tägige Online-Kurse (via Whats App, Telegram, per E-Mail oder Messenger), E-Book`s und PDF`s zu verschiedenen Themen (z. B. Selbstvertrauen, Positives Denken, Körper ABC, universelle Geldquelle, 7 kosmische Gesetze oder Energie-Kontrolldramen). Zusätzlich schreibt sie Arbeitsbücher für dein Selbststudium. Darüber hinaus begleitet sie dich persönlich und individuell mit Übungen, um bewusster und präsenter im Alltag zu sein.



Gerne besuche uns persönlich in St. Oswald oder auf unseren Websites, sowie auf YouTube und Facebook.

Wenn du Fragen hast, kontaktiere uns.
Gerne empfehle uns auch weiter.

***Viel Energie, Licht und Liebe
senden dir Yvonne & Thomas***

Dr. Yvonne Rutka, +43 676 580 42 13

www.seelennavigator.at

YouTube: <https://www.youtube.com/c/SeelenNavigator>

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/seelennavigator.wissensmanufaktur>

Whats App Gruppe: <https://chat.whatsapp.com/Lphr91I7W7vEjog9nAmtBE>

Telegram: <https://t.me/seelennavigator>

Buchbeispiel: <https://amzn.to/3qVWed3>

Thomas Bonneß, +43 699 177 63 652

www.thomas-bonness.at

YouTube: <https://www.youtube.com/c/ThomasBonneß>

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/Kalender.Maya>

Whats App Gruppe: <https://chat.whatsapp.com/KrNITBq6uTLGYfoKTX2xSb>

Telegram: <https://t.me/mayabewusstsein>

Forever Living:

Infos: seelennavigator.flp.at

Shop: seelennavigator.be-forever.com

Unsere Publikationen, Informationen, Projekte und Veranstaltungen geben wir nach dem ubuntuischen Prinzip „Zahl.was.du.willst.“

Wir freuen uns über deinen freien Beitrag bzw. über einen Unterstützungsbeitrag.

Herzlichen Dank.

Konto lautend auf Dr. Yvonne Rutka

IBAN: AT51 1420 0200 1775 5162

BIC: BAWAATWW



SeelenNavigator * Thomas Bonneß & Dr. Yvonne Rutka * ZVR: 717718249
www.seelennavigator.at * seelennavigator.flp.at * seelennavigator.be-forever.at
seelennavigator@gmx.at * +43 676 580 42 13