

Protokoll der Schnuppersitzung zum Thema

„Geld oder die Kunst aus dem vollen zu schöpfen“

Hallo, und willkommen zur Schnuppersitzung „Geld oder die Kunst aus dem vollen zu schöpfen.“

Diejenigen, die zum ersten Mal an solch einer Sitzung teilnehmen, finden Informationen über den Hintergrund, Verfahren, Antworten zu häufig gestellten Fragen und viele andere Informationen auf dieser Webseite. Klicken Sie im Hauptmenü die Themen an, die Sie interessieren

Die deutsche Sprache ist insofern kompliziert, als sie das Du und Sie enthält. Beide Formen zu nutzen macht Texte unleserlich. Für die Schnuppersitzung nutze ich das „Sie“, für den Kurs das „Du“, da ich viele Teilnehmer kenne. Damit möchte ich niemandem zu nahe treten. Dasselbe Problem ergibt sich für die männlichen und weiblichen Formen. Ich verwende das männliche als den Allgemeinfall. Damit ist keine Abwertung des weiblichen verbunden.

Inhaltsübersicht

I Thema

II Zusammenfassung

III Die zugrundeliegende Struktur

1. *Blockaden, die den Geldfluss hemmen*
2. *Wenn die (Geld)Energie frei fließt*

IV Anleitungen für konstruktive Lösungen

V Anmerkungen zum Verfahren

I Thema

Ich öffne in mir alle Blockaden, die den Fluß des Geldes hemmen und treffe weise Entscheidungen, wofür ich mein Geld ausbebe

II Zusammenfassung

Aus geistiger Sicht ist Geld eine Form von Energie. So wie wir mit Geld umgehen, gehen wir auch mit unserer Lebensenergie ganz allgemein um. Wenn wir mit der Grundüberzeugung leben, daß nie genug Geld da ist, empfinden wir auch in anderen Bereichen des Lebens einen ständigen Mangel. Wenn wir uns vom Leben beschenkt fühlen, haben wir auch genug Geld. Die wichtige Frage hier ist: Was ist genug? Die Antworten zu dieser Frage sind breit gestreut, da sie auch davon abhängen, als wie befriedigend und erfüllend wir unsere Lebensverhältnisse, Leistungen und Beziehungen erleben.

Da Geld auch nur Energie ist, wirken sich Blockaden in unserem Lebensfluss auch auf unseren Geldfluss aus. Um sie aufzulösen, müssen wir sie zunächst identifizieren.

In diesem Zusammenhang sind fünf Blockaden wichtig

- Ein ungelöster Energiestau, der auf die Adoleszenz zurückgeht
- Kompensationen für fehlende Aufmerksamkeit und Liebe
- Ein negatives Selbstbild
- Ängste und einschränkende Haltungen
- Konflikte zwischen dem Bedürfnis nach Selbstverwirklichung und dem Druck, (viel) Geld verdienen zu müssen

Diese Blockaden sind eng miteinander verflochten und erzeugen eine Weltsicht, die wir über die Familie, Schule, Arbeit und Medien erworben haben. Diese Weltsicht kann so dicht gefügt sein, daß sie als die einzig richtige und mögliche erlebt wird. Doch unterliegt sie wie jede 'einzig richtige' vielen Beschränkungen. Wenn wir dies erkennen, eröffnen sich uns neue Möglichkeiten für positive Veränderungen.

Für solche Veränderungen brauchen wir Mut, die Fähigkeit, jenseits von schwarz und weiß Grautöne wahrzunehmen, Flexibilität, auf sich verändernde Bedingungen angemessen zu reagieren und einen fürsorglichen Umgang mit unseren grundlegenden Bedürfnissen nach Liebe und Zuwendung. Statt die Dinge nur von unserer Ratio her zu betrachten, brauchen wir die Verbindung zur Weisheit unseres Herzens, die der beste Ratgeber dafür ist, was uns im Leben erfüllt. Im Zusammenspiel von Herz und Vernunft können wir unsere Lebensaufgabe erkennen und verwirklichen, indem wir unsere Ressourcen weise einsetzen. Und eine wichtige Ressource ist natürlich Geld.

III Die zugrunde liegende Struktur

1. Blockaden, die den Geldfluss hemmen

Um die Blockaden aufzulösen, müssen wir sie zunächst identifizieren.

In diesem Zusammenhang sind fünf Blockierungen wichtig

- ◆ Ein ungelöster Energiestau, der auf die Adoleszenz zurückgeht
- ◆ Kompensationen für fehlende Aufmerksamkeit und Liebe
- ◆ Ein negatives Selbstbild
- ◆ Ängste und einschränkende Haltungen
- ◆ Konflikte zwischen dem Bedürfnis nach Selbstverwirklichung und dem Druck, (viel) Geld verdienen zu müssen

Ein ungelöster Energiestau, der auf die Adoleszenz zurückgeht

Die Adoleszenz ist die Zeit, in der wir eine höhere Schule oder Lehre beenden und uns ins Leben hinauswagen müssen, um unsere eigene Existenzgrundlage zu schaffen. Für viele heißt dies, daß sie das Elternhaus verlassen und sich eine eigene Wohnung suchen oder für die Arbeit oder zum Studium in eine andere Stadt

wechseln. Dieser Schritt ist mit der oft existentiellen Angst verbunden, ob man es wohl schaffen wird.

Der Teil des Gehirns, der unsere instinkthaften Überlebensprogramme steuert, wird Stammhirn oder Reptiliengehirn genannt. Es ist der älteste Teil des Gehirns. Er befindet sich auf der Rückseite des Kopfes.

Wenn wir uns existentiell bedroht fühlen, mobilisiert das Gehirn einen Angriffs- oder Fluchtmechanismus. Wenn dieser Impuls aufgrund der Umstände nicht ausgeführt werden kann, bleibt diese Reaktion als Energiestau im Körper und wird in ähnlichen Situationen reaktiviert. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Bedrohung von außen kommt oder nur durch in unseren Vorstellungen existiert. Die körperliche Reaktion ist die gleiche.

Die ungelöste Reaktion aus jener Zeit ist:

Ich renne vom Leben weg

Diese blockierte Reaktion kann sich im Leben in Knochenbrüchen oder Operationen schmerzhaft geäußert haben.

Wir können diese Blockierung auflösen, indem wir die angemessenen Reaktionen im sympathischen Nervensystem aktivieren

**Ich gehe mit Bedrohung aktiv und erfolgreich um
Ich teile mit, was ich zu meinem Schutz brauche**

Kompensationen für fehlende Aufmerksamkeit und Liebe

Wenn unsere Grundbedürfnisse nicht gedeckt sind, kompensieren wir, um genug Liebe und Aufmerksamkeit fürs Überleben zu erhalten. Diese Haltung reduziert unser Energieniveau so, daß wir die universelle Quelle der Energie nicht anzapfen können, aus der heraus wir Fülle in unser Leben bringen. Wenn wir anfangen, all das zu leben, was in uns steckt, steigt unsere Begeisterung und damit auch die Energie, die wir für unsere Arbeit, unsere Beziehungen und den Geldfluss zur Verfügung haben .

Es gibt viele Bereiche des Lebens, in denen wir kompensieren. In diesem Zusammenhang sind vier Bereiche wichtig.

1. Fehlende Leistung und das Gefühl der Ohnmacht

Wir bewältigen das Leben, indem wir wesentliche Impulse zurückhalten und uns damit nicht erfolgreich im Leben verwirklichen können. Dem liegt in der Regel die Erfahrung zugrunde, daß wir als Kind uns gegen Umstände nicht wehren konnten, die unseren Selbsta Ausdruck einschränkten. Je nach Schwere der Erfahrung kann diese Erfahrung später im Leben zu der Grundhaltung werden, daß wir das Opfer von Umständen sind, über die wir keine Macht haben. Statt dieser Opferhaltung brauchen wir die Überzeugung, daß wir liebenswert sind, ganz gleich, was wir tun

Ich werde als die Person geliebt, die ich bin, unabhängig davon, was ich erreiche oder nicht erreiche

Unterwerfung

Mit dieser Opferhaltung hängt zusammen, daß wir uns dem Willen anderer unterwerfen in der Hoffnung, daß wir damit deren Liebe erlangen

Ich fühle mich sicher und werde geliebt, auch wenn ich zu meinen Grundüberzeugungen stehe

Nettigkeit

Wir bemühen uns, nett zu sein, um die Liebe anderer nicht zu verlieren

Die Menschen lieben mich, auch wenn ich mich so zeige und handele, wie ich wirklich bin

Zähigkeit

Wir wissen aus der Forschung, daß wir negative Zuwendung besser ertragen können als gar keine Zuwendung. Wir reagieren dann auf negative Zuwendung, da sie die einzig mögliche zu sein scheint.

Ich blühe auf, wenn ich positive Zuwendung erhalten und gehe mit negativer Aufmerksamkeit angemessen um

3. Negatives Selbstbild

Das Bild, das wir von uns selber haben, wird uns über die Familie, Spielkameraden, Freunde und Lehrer vermittelt.

Die wichtigsten Augen, durch die wir uns sehen lernen, sind die unserer Eltern, da sie uns unsere Kindheit und Jugend lang begleitet haben. Wenn ein Elternteil früh abwesend war, können auch andere deren Platz eingenommen haben. Ersetzen Sie in diesem Fall Mutter oder Vater durch die entsprechende wichtige Person für Sie

- Machen Sie eine Liste Ihrer negativen Eigenschaften. Wenn diese Liste mehr als drei Eigenschaften umfaßt, reduzieren Sie sie auf die drei wichtigsten. Und ergänzen Sie
 - Ich bin
- Überprüfen Sie, ob Sie dieses Bild durch die Augen Ihrer Mutter oder Ihres Vaters sehen
- Wenn es das Bild Ihrer Mutter ist, schauen Sie, welches Bild Ihr Vater Ihnen vermittelt hat, und umgekehrt. Das Bild des anderen Elternteils kann positiv, negativ oder gemischt sein. Wenn diese Liste mehr als drei Eigenschaften umfaßt, reduzieren Sie sie auf die drei wichtigsten. Und ergänzen Sie
 - Ich bin
- Notieren Sie alle Ihre positiven Eigenschaften. Wenn diese Liste mehr als drei Eigenschaften umfaßt, reduzieren Sie sie auf die drei wichtigsten. Und ergänzen Sie

- Ich bin

Ängste und Lebenshaltungen

Wir blockieren den Energiefluss und damit auch den Geldfluss durch Ängste und Lebenshaltungen, die wir teilweise übernommen und teilweise erlebt haben. Wenn unser Selbstausdruck durch die Umstände in der Kindheit mit Liebesentzug bestraft wurde, haben wir Angst, wir selbst zu sein.

Ich habe Angst, ich selbst zu sein

Wir haben dann nicht nur Angst, die Liebe uns wichtiger Personen zu verlieren, sondern fühlen uns auch für unser Überleben von ihnen abhängig, eingeschlossen oder eingeengt.

Mein Leben hängt von anderen ab
Ich habe Angst vor geschlossenen Räumen
Ich möchte spielen und so viele Dinge tun, aber sie lassen mich nicht

Eine Möglichkeit, solche Ängste zu meiden, ist der Rückzug auf den Verstand

Ich bin übermäßig rational

Dieser Versuch ist zum Scheitern verurteilt, da die Ängste dann aus dem Unbewußten heraus ihre Macht entfalten, die wir als viel überwältigender erfahren als wenn wir uns ihnen stellen würden. Die innere Spannung, die durch sie erzeugt wird, schlägt sich als muskuläre Spannung und emotionaler Widerstand nieder.

Ich bin angespannt
Ich verwehre mich gegen positive Veränderungen und Wachstum

Konflikt zwischen dem Bedürfnis nach Selbstverwirklichung und dem Druck, (viel) Geld verdienen zu müssen

Hinzu kommt ein Konflikt zwischen dem Wunsch nach Selbstverwirklichung und dem Druck, Geld verdienen zu müssen. Beide scheinen unvereinbar.

Ich werde zerrissen zwischen dem Wunsch nach Selbstverwirklichung und dem Druck, Geld verdienen zu müssen.
Ich fühle mich beklommen, wenn ich an diesen Konflikt denke

Hinter dem Druck, Geld verdienen zu müssen, liegt oft die Angst, arm zu sein und auf der Straße zu enden, wenn man nicht „genug“ Geld verdient. „Genug“ hängt einmal davon ab, daß die grundlegenden Bedürfnisse nach Kleidung, Wohnung und Grundnahrungsmittel gedeckt sind, mehr aber noch von unserem inneren Gefühl der Sicherheit. Wenn dieses Gefühl brüchig ist, versuchen wir, uns über Geld abzusichern.

2. Wenn die (Geld)Energie frei fließt

Diese Blockaden sind eng miteinander verflochten und erzeugen eine Weltsicht, die wir über die Familie, Schule, Arbeit und Medien erworben haben. Diese Weltsicht kann so dicht gefügt sein, daß sie als die einzig richtige und mögliche erlebt wird. Doch unterliegt sie wie jede 'einzig richtige' vielen Beschränkungen. Wenn wir dies erkennen, eröffnen sich uns neue Möglichkeiten für positive Veränderungen.

Zunächst müssen wir die Opferhaltung ändern, aus der heraus die Umwelt als übermächtig scheint.

Heute habe ich alle Ressourcen zur Verfügung, um meine gegenwärtige Situation zu handhaben.

Wir brauchen konstruktivere Wege, um mit den inneren Konflikten umzugehen und über das Entweder-Oder in das Sowohl-als-Auch hineinzuwachsen.

Ich atme tief durch und sage mir: Dieser Konflikt verletzt mich und nimmt mir meine Energie. Ich schaue mir jetzt ganz realistisch an, wieviel Geld ich wirklich brauche und wie viel freie Zeit ich zu meiner Selbstverwirklichung brauche und finde dann eine Lösung, die beide Seiten angemessen berücksichtigt.

Wenn ich das nächste Mal in diesen Konflikt gerate, lege ich die Hand auf die Stelle, die sich angespannt anfühlt, und ich atme alle Negativität aus, die ich dort festhalte

Wir brauchen Mut, um die Veränderungen anzugehen, die Fähigkeit, jenseits von schwarz und weiß Grautöne wahrzunehmen und die Flexibilität, auf sich verändernde Bedingungen angemessen zu reagieren..

**Ich habe den Mut, positive Veränderungen anzugehen
Ich nehme jenseits von schwarz und weiß die Grautöne wahr
Ich bin anpassungsfähig
Wenn negative Gedanken und Gefühle auftauchen, nehme ich sie wahr und lenke meine Gedanken bewußt auf das, was ich wirklich will.**

Dann können wir die Freude und Begeisterung für das Leben wiederentdecken, die wir brauchen, um uns in den Lebens- und Geldfluss hinein zu erweitern.

**Ich bin voller Freude, wenn ich sehe, daß alles Leben ein Ausdruck der Liebe und der Göttlichkeit ist
Ich stelle mir vor, daß ich Purzelbäume schlage, wenn ich laufe**

Wir müssen aufhören, „nett“ zu sein oder dort nachzugeben, wo es um grundlegende Werte und Bedürfnisse geht. Dann finden wir unseren eigenen Rhythmus wieder und können die Nähe und Distanz herstellen, die wir jeweils brauchen.

**Wenn ich Raum brauche, gehe ich
Wenn ich Nähe brauche, gehe ich zu dem Menschen, dem ich nahe sein möchte**

Der Lebensfluß schließt sowohl den Verstand wie das Herz ein. Beide sind gleich wichtig. Die Weisheit des Herzens hilft uns, unsere Lebensaufgabe zu finden und zu verstehen, und der Verstand hilft uns, unsere Ressourcen weise einzusetzen, so daß wir unsere Lebensaufgabe erfüllen können.

Ich folge der Weisheit meines Herzens und wähle klug, wie ich mein Geld ausbe

Ich entwickle einen klaren und realistischen Plan, wie ich mich finanzielle unabhängig machen kann und dabei meine Lebensziele verfolge.

Um die Blockaden aufzulösen und die Umsetzung der hier angesprochenen Schritte zu fördern, stärkte ich die Verbindung von Herz und Verstand durch den Einsatz der Farbfrequenz von Indigo. In der Chakrenlehre gehört Indigo zum sechsten Chakra, auch das dritte Auge genannt. Dieses dritte Auge ist eine Drüse, die Hypophyse. Sie ist verantwortlich für unser körperliches und geistiges Wachstum.

Am Ende der Sitzung war die Resonanz für die positiven Aussagen (in Fettdruck) hergestellt und die Resonanz mit den negativen Aussagen (eingerückt in Normaltext) aufgelöst.

IV. Anleitungen für konstruktive Lösungen

In diesem Abschnitt des Protokolls finden Sie während des Kurses ein weites Spektrum an Vorschlägen und Techniken. Sie helfen Ihnen, die Ergebnisse der Sitzung in Ihrem Alltag umzusetzen.

Im einzelnen geht es dabei darum,

- zu lernen, auf die Weisheit ihres Herzens zu hören
- die Resonanz mit Fülle und Wohlstand auch auf organismischer Ebene herzustellen
- Ihre Fähigkeit zu stärken, innere und äußere Konflikte anzugehen
- Klare und realistische Schritte im Umgang mit Geld zu entwickeln (Erhöhung des Einkommens, Ausgabenplanung, Schuldentilgung, Vermögensbildung und Teilen)
- und Verhaltensweisen zu entwickeln, die mit Ihren Lebenszielen, Ihrem Herzen und Verstand im Einklang stehen

Die Vorschläge beziehen sich auf alle Ebenen Ihres Lebens: die materielle Seite, Ihre Einstellungen und Gefühle, Ihre Denkmuster und Handlungsweisen. Aus diesem Spektrum können Sie sich diejenigen Anleitungen wählen, die für Sie stimmen und sie in Ihrem eigenen Tempo angehen.

Wenn Sie die vorgeschlagenen Lösungen in Ihrem täglichen Leben anwenden, verankern Sie damit neue Perspektiven, Einstellungen, Gefühle und Verhaltensweisen. Dadurch werden negative Programme geschwächt und letztendlich aufgelöst. Dieser Prozeß geschieht graduell. Dafür ist eine Serie von Sitzungen notwendig, die ich im Rahmen dieser Fernkurse anbiete.

