

## NEWSLETTER DEZEMBER 2021

Liebe Freundinnen und Freunde,  
liebe Wegbegleiter im Jahr 2021!

Jetzt habe ich ein bisschen gezögert, als ich gerade den Betreff "Neues im Dezember" schrieb, weil es sich im ersten Moment nicht nach Neuem anfühlt. Zumindest nicht in diesem Sinn, dass es wie gewohnt Termine gibt, Einladungen usw..

Doch dann erinnerte ich mich daran, dass ich im Dezember einige neue Erkenntnisse hatte und noch immer habe; dass ja jeder Tag neu ist, in uns selber Erneuerung stattfindet, mit neuen Erlebnissen und Sichtweisen, mit neuen Entdeckungen in uns und außerhalb von uns. So sieht es das Leben auf alle Fälle vor, wenn wir im Fluss sind und an Wachstum interessiert. Sonst würde der Tag ja umsonst sein, wenn wir ihn nicht nutzen!

Also möchte ich Euch ein wenig über meine Erkenntnisse berichten, als Inspiration und um damit mit Euch in Verbindung zu gehen...

In einem vor kurzem beendeten Elternseminar beschäftigten wir uns mit dem Thema Grenzen setzen. Dabei stellte ich eine Aussage von Jesper Juul voran, die lautet: "Wenn man Regeln aufstellt, werden Kinder entweder unterwürfig oder kriminell." Natürlich fragte ich die Eltern, ob sie unterwürfige oder kriminelle Kinder haben möchten und natürlich möchte das niemand. Das ist wunderbar, denn so ist die Grundlage geschaffen dafür, dass so wenig wie möglich Regeln aufgestellt werden und Grenzen setzen auf der Grundlage von Respekt und Achtung basiert. Das bedeutet, dass alle Bedürfnisse und Befindlichkeiten ernst genommen werden, dass wertschätzend kommuniziert wird, dass reflektiertes Miteinander und gemeinsame Lösungen im Mittelpunkt stehen. Das ist für die meisten Eltern sehr herausfordernd, denn die eigenen Erfahrungen aus der Kindheit stehen als erste Taktik später zur Verfügung und werden fast automatisch an die nächste Generation weiter gegeben, wenn wir nicht aufmerksam und bewusst sind. Die allermeisten Menschen sind mit der elterlichen Taktik Regeln aufstellen, Druck machen, Erpressen und Bestrafen, Macht ausüben, aufgewachsen. Das wird auch "schwarze Pädagogik" genannt und ich schätze mal, dass viele von Euch eine unangenehme emotionale Erinnerung daran haben, was das in Euch ausgelöst hat. Schwarze Pädagogik wird angewandt, um Kinder klein und gefügig zu machen, den Selbstwert und das Selbstbewusstsein zu untergraben, um schlechtes Gewissen zu machen. Diese Machtdemonstration (oder besser Ohnmachtdemonstration) kann stattfinden, weil Kinder in der Abhängigkeit von Eltern sind, und weil Kinder sehr loyal sind. Wenn wir als Erwachsene emotional gesund und reif erwachsen sein möchten, dann ist die Bearbeitung und Heilung dieser Erfahrungen dran, sonst bleiben wir ewig verletzte Kinder im Erwachsenenkörper. Tja, auf alle Fälle hatten wir ein tolles Seminar und es war eine Freude, wie jede Woche mehr und mehr TeilnehmerInnen schöne und berührende Erfahrungen durch dieses neue Bewusstsein berichteten. Und als das Seminar zu Ende war, ich für mich reflektierte um es abschließen zu können, kam mir ganz deutlich und klar die Erkenntnis: so wie im Kleinen auch im Großen! Das was wir gerade in den Seminarabenden die Familie betreffend besprochen haben, gilt auch 1:1 für unsere Gesellschaft, für unser Land! Das was wir momentan erleben ist die Anwendung von Schwarzer Pädagogik, wie aus dem Lehrbuch, mit der gleichen Absicht und dem gleichen Ergebnis wie in Familien. Es ist menschenfeindlich, lieblos, zerstörerisch und genau so wie Jesper Juul in diesem kurzen und prägnanten Satz beschreibt, reagieren wir Menschen auch. Die einen werden kriminell (Ihr wisst schon - im Sinne von Regeln missachten, umgehen, überschreiten, bekämpfen usw), die anderen unterwürfig. Und es liegt auf der Hand, dass sehr viel mehr Menschen die Unterwürfigkeit wählen, und ich frage mich, ob das aus einer vermeintlichen Abhängigkeit heraus ist, aus Loyalität, aus Resignation, aus Unreife, aus Gewohnheit? Ja Gewohnheit, weil es vielleicht

noch nie anders war seit der Kindheit, als es anfang...

Diese Erkenntnis macht mich auf alle Fälle traurig, genauso wie ich traurig bin, wenn ich unterdrückte und unterwürfige Kinder sehe.

Sich Regeln zu unterwerfen, die nachweislich gesundheitsschädlich und sinnentleert sind, verstehe ich einfach nicht (genauso wenig wie das mangelnde Interesse an Daten, Fakten und Zusammenhänge). Es macht mich auch traurig, was Menschen alles mit sich machen lassen für ein bisschen Vorteil, Privileg. Und ich finde es ungerecht, dass gesunde Menschen in ihren Rechten eingeschränkt, verurteilt und bekämpft werden. Ja so geht das Spiel der schwarzen Pädagogik: wenn wir nicht brav sind, dann wird bestraft, der Druck erhöht, an den Pranger bestellt. Der Unbeugsame wird für alles verantwortlich gemacht, die Geschichte wiederholt sich...

Wer interessiert sich DEINER Meinung nach für Deine Gesundheit? Wer hat wirklich Interesse daran, dass Du vollkommen gesund bist und bleibst? Ich hoffe, DU selber stellst dieses höchste Gut in Deiner Prioritätenliste an die 1. Stelle! Für mich ist das auf alle Fälle nicht verhandelbar!

Ja mit der Gesundheit, nein besser mit Krankheit, wird eben viel Geld verdient. So viel Geld, dass kaum jemand gesunde Menschen haben möchte. Die gute Nachricht aber ist, dass bei der letzten Feldaufstellung im November wieder einmal sichtbar wurde, dass das Gesundheitssystem am schnellsten und deutlichsten in das neue Bewusstsein wechselt! Das zeigte sich bei einer Aufstellung voriges Jahr auch schon einmal, diesmal untersuchten wir auch Details mit interessanten Ergebnissen. Insgesamt sieht es nach einer Erneuerung innerhalb des Systems aus, d.h. keine Einwirkungen und Beteiligten von Außen, die das System verändern. Das Gesundheitssystem neu beinhaltet u.a. die Qualitäten "Gesundheit des Menschen steht im Vordergrund" und "das Wohl des Menschen" und setzt sich gegen die Absichten von Politik durch. Dieses Bild hat uns alle sehr gefreut und unser Vertrauen gestärkt, dass es eine Wendung und Neuausrichtung gibt.

Insgesamt haben wir 7 verschiedene Ebenen aufgestellt, um Informationen zur Zeitqualität und den Prozessen zu bekommen. Und wieder kann ich Euch berichten: nie war Chaos oder Gewalt im Feld! Was deutlich wurde ist, dass wir viel Konzentration für uns selber brauchen, damit wir in Verbindung mit uns bleiben können und nicht abgelenkt sind, viel Aufmerksamkeit für jeden Schritt, den wir bewusst und bedächtig wählen, viel Rückzug und Sammlung, damit wir kraftvoll und aufrecht alle Prozesse durchgehen können. Auch gab es wieder den klaren Hinweis, dass in Zukunft Gemeinschaften, Vernetzungen, Versorgungsautarkie eine große Rolle inne haben.

Vor ein paar Tagen hatte ich auch eine Erkenntnis, was den Druck in unserer Gesellschaft und auf uns Einzelne betrifft. Es schaut so aus, als dass es die "Systemkonformen" gerade leichter und bequemer haben und die "Systemkritischen" sehr unter Druck stehen. Doch mir wurde bewusst, dass es umgekehrt ist. Die Dichte innerhalb des Systems ist sehr groß, die Masse der Menschen möchte alles richtig machen, möchte dafür Ruhe und Belohnung. Was ich spüre ist aber immer mehr Unruhe, weil sich das Gewünschte und Versprochene nicht einstellt, immer mehr Unverständnis und Aggression, weil sich viele betrogen fühlen. Das erzeugt ziemlichen Druck, weil sich niemand mehr sicher sein kann, dass Konformität zu Belohnung führt, d.h. was bringt. Die Systemkritischen hatten diesen Druck nie, weil sie keine Erwartungen an das System haben, weil sie den Betrug von Anfang an sehen können, weil sie außerhalb des Systems stehen oder gestellt werden. Wenn ich mit meinen Freunden darüber rede, dann bestätigen sie diese Sichtweise. Auch wenn das "Anderssein" manchmal herausfordernd ist - insgesamt fühlen wir uns frei und stark, unbeirrbar und aufrecht...

Ja Ihr Lieben, und so aufrecht und unbeirrbar gehe ich nun in mein letztes offizielles Berufsjahr! Wenn die nächsten Monate auch wieder so rasend schnell vergehen wie die letzten, dann bumm :-)) ... da komme ich gar nicht mehr dazu, mich in irgendeiner Form zu

stressen. Je weniger Pläne, desto entspannter ist mein Leben und das habe ich wirklich viel geübt in letzter Zeit! Also "planlos" ist für mich keine Bedrohung - und für DICH? Umso erstaunlicher ist es, dass für den Sommer 2022 einige Wochen "Segeln & Bewusstsein" in Kroatien bereits ausgebucht sind (jippppi!) und dass es 2 neue Frauenkraftrunden gibt, d.h. mittlerweile 4 an unterschiedlichen Standorten in OÖ! Das ist eine Freude, wenn es einfach so schön fließt...

Ich lasse es weiter fließen und mir ist in den Sinn gekommen, dass es vielleicht Frauen gibt, die diese Form von intensivem Persönlichkeitscoaching als online-Angebot nutzen möchten. Die Teilnehmerzahl ist mit 6 begrenzt, die Treffen sind monatlich und inhaltlich aufbauend, können nur als zusammenhängende Reihe gebucht werden. Genauso wie im Seminarraum geht es um Innere Arbeit, Selbstliebe, Stärkung und Entspannung, um Deine individuellen Lebensthemen.

Mal schauen, ob es Bedarf gibt. Ich denke da an alle, deren örtliche Möglichkeiten begrenzt sind.

Natürlich kann jederzeit an jedem beliebigen Ort auch eine neue Frauenkraftrunde entstehen! Ich freue mich auf Eure Anfragen und Wünsche...

Für Eure Terminplanung habe ich nicht viel Fixes anzubieten, da ich viel auf Rückzug bin. Vorerst gibt es im Jänner einen Aufstellungsabend, auf den ich mich freue und einen Schnupperabend für die online-Frauenkraftrunde, ein experimenteller Vorschlag:

#### OFFENER AUFSTELLUNGSABEND

Freitag 14.1.2022, 19 Uhr, Ottensheim

#### FRAUENKRAFTRUNDE online

Persönlichkeitscoaching in Kleingruppe

Montag 17.1.2022, 19 Uhr, Zoom

Heute habe ich einfach nur kurz beschrieben, was mich gerade so beschäftigt, oder besser, einen kleinen Auszug davon. Es gibt noch tausende Dinge mehr, die mich in dieser faszinierenden Zeit interessieren, neugierig machen, forschen lassen. Es ist schon etwas Besonderes, hier dabei zu sein, mitten drinn in der größten Umbruchphase der neuen Menschheitsgeschichte! Schön dass wir uns hier treffen...

Danke für unsere Begegnungen im Jahr 2021, danke für Eure Aufmerksamkeit beim Newsletter lesen, vielen lieben Dank für Eure wohlwollenden Feedbacks und Gedanken!

Ich fühle mich mit Euch verbunden und wünsche Euch einen guten Abschluss der alten Dinge, des alten Jahres, einen wunderbar kraftvollen Start ins Neue, und ganz viel Aufmerksamkeit und Glücksgefühle im JETZT!

Herzliche Grüße, Gabi