



www.weripower.at

Betreff: [weripower] Brief Nr. 13: die innere Weisheit

Datum: Wed, 16 May 2007 14:23:43 +0200
Von: Ulrike Feichtinger <u.feichtinger@weripower.at>
Organisation: weripower

Liebe Leserin, lieber Leser!

Eine Kundin hatte ein ganz besonderes Coaching-Thema: mit der inneren Weisheit in Kontakt kommen. Die Arbeit mit dieser Frau hat offensichtlich Resonanz bei mir ausgelöst, denn heute dreht sich alles genau darum, um

*** die innere Weisheit ***

Inhalt des dreizehnten Briefes:
=====

- * Einfach zum Nachdenken
- * Plädoyer für die innere Weisheit
- * Auswirkungen von innerer Weisheit
- * Symposium Frauenweisheit
- * Aktuelle Termine
- * Neu auf weripower.at

=====

*** Einfach zum Nachdenken ***

Ich empfand plötzlich das Bedürfnis, ein neues Buch von mir zu lesen. Also habe ich eines geschrieben.

Marguerite Duras

~~~~ ~~~~ ~~~~ ~~~~ ~~~~ ~~~~

Alles ist miteinander verbunden und hat einen Sinn. Obwohl dieser Sinn meist verborgen bleibt, wissen wir, dass wir unserer wahren Mission auf Erden nah sind, wenn unser Tun von der Energie der Begeisterung durchdrungen ist.

Paulo Coelho (Der Zahir)

~~~~ ~~~~ ~~~~ ~~~~ ~~~~ ~~~~

Diejenigen unter uns, die frei genug sind, um mit der eigenen inneren Weisheit in Kontakt zu treten, verfügen über eine wunderbare Quelle. Es erfordert Mut, jener Weisheit zu vertrauen. Es bedeutet, dass wir frei vom Urteilen, Anklagen und Beschwichtigen sind; dass wir nicht nur bereit sind, uns kongruent zu verhalten, sondern auch dazu, Risiken einzugehen.

Virginia Satir

--> <http://www.weripower.at/buchbesprechungen.html#komm>

=====



www.weripower.at

*** Plädoyer für die innere Weisheit ***

Die innere Weisheit - die innere Stimme - die Intuition.

Sie äußert sich selten mit "logischen" Argumenten:

- * Du musst X tun, denn da wirst Du viel Geld verdienen.
- * Mach doch Y, denn da wirst Du Deine/n Traumpartner/in treffen.
- * Schließe Dich dem Netzwerk Z an, damit Du die richtigen Leute triffst.

Es ist vielmehr eine Eingebung, die plötzlich da ist. Oft erinnern wir uns gar nicht mehr, wie wir eigentlich auf die geniale Idee gekommen sind. Meist ist solch ein inneres Wissen nur schwer "rational" begründbar.

So wie es Marguerite Duras gegangen ist: Sie verspürt plötzlich das Bedürfnis ein neues Buch von sich zu lesen! :) Das ist innere Weisheit bei der Arbeit: Es ist die richtige Zeit, ein neues Buch zu beginnen! :)

Die innere Weisheit muss also nicht immer eine innere Stimme sein, hier meldet sie sich als Gefühl, als Bedürfnis. Manchmal nennen wir es auch "Zeichen" oder "Geschenke, die am Weg liegen". Doch auch dabei spielt die innere Weisheit eine Rolle: Wer nimmt denn sonst die Zeichen und Geschenke wahr? :)

Wer beginnt, der inneren Stimme, der Intuition, zu folgen, geht häufig neue Wege - im Sinne von: andere Wege als bisher. Bisher waren vielleicht "rationale" Argumente die Wegweiser. Plötzlich ist es der innere Funke, die innere Begeisterung, das innere Leuchten, das Strahlen in den Augen, die innere Symphonie - was auch immer :) - das als Wegweiser dient.

Wenn wir der inneren Weisheit vertrauen und ihr folgen, dann kommen wir unserer ur-eigenen Schwingung immer mehr auf die Spur, können jeden Tag ein bisschen mehr in Resonanz mit unserer Schwingung gehen - ganz leicht, ganz automatisch und ganz spielerisch.

So wie Paulo Coelho es beschreibt: Dann sind wir auf *unserem* Weg, auf dem Weg unserer wahren Mission auf Erden.

Es muss deswegen nicht gleich alles eitel-wonne-waschtrog sein. Auch auf dem Weg der inneren Weisheit gibt es Abenteuer und Herausforderungen zu bestehen. Doch die innere Begeisterung wird gemeinsam mit der inneren Weisheit kreative Möglichkeiten finden, mit diesen scheinbaren Hindernissen umzugehen. Und vielleicht kommen wir dann drauf: Ui, der Umweg war aber wichtig! Denn da habe ich noch X gelernt oder die Person Y getroffen, ohne die ich nicht ans Ziel gekommen wäre!

Ich stimme mit Virginia Satir überein: Anfangs braucht es einiges an Mut, um der inneren Weisheit zu vertrauen. Vor allem, wenn wir von außen gefragt werden:

- * Warum machst Du denn *das*?
- * Und wieso machst Du das *so*?
- * Was soll denn *das* bringen?

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass es anfangs schwierig ist, mehr zu sagen als: "Ich habe das Gefühl, dass ich das machen muss. Irgendwas sagt mir, dass das wichtig ist. Ich sehe noch keinen direkten Nutzen, aber offensichtlich hat das was mit meinem Leben und meinem Lebensauftrag zu tun." Der Sinn bleibt uns speziell anfangs oft verborgen.

Im Tun kommt dann die Begeisterung, die Freude, der Funke. Das ist der Punkt, wo andere sich überzeugen lassen, dass es "etwas Gutes" ist, einfach weil es uns gut tut, weil es von außen zu merken ist, dass es uns gut tut! :)



www.weripower.at

Und viel viel später erst (wenn überhaupt) kommen dann die rationalen Erkenntnisse: "Wenn ich damals nicht ..., dann wäre ich ja auch nie ..." Dann können wir vielleicht auch intellektuell den Sinn erkennen.

Ein Plädoyer für die innere Weisheit! :) Für die Intuition! :)

Was mir hier noch ganz wichtig ist: Nicht jede innere Stimme ist die Stimme der inneren Weisheit! Es gibt auch ganz andere Stimmen in uns drinnen, die deswegen noch nichts mit unserer inneren Weisheit zu tun haben.

- * X studieren ist einfach das Beste.
- * Das schaffst Du eh nie. Schlag Dir das mal aus dem Kopf!
- * Komm, das kriegst Du auch noch hin! Nur nicht schlapp machen!

Das alles könnten Beispiele für Stimmen aus dem Innen sein, die nichts mit der inneren Weisheit zu tun haben. Solche Aussagen klingen nach fixen Überzeugungen (X-Studium), eingelernter Kritik uns selbst gegenüber (das schaffst Du nie) oder übertriebenen Erwartungen an uns selbst (nicht schlapp machen).

Die innere Weisheit ist sehr flexibel und weiß für jede einzelne Situation eine individuelle Antwort. Manchmal ist schlapp-machen genau das Richtige, manchmal ist es notwendig durchzuhalten. Die innere Weisheit drückt uns oft über den Körper aus, welcher Meinung sie ist. Dazu ein großartiges Buch: "Frauenkörper.Frauenweisheit" von Christiane Northrup - hier geht's zur Buchbesprechung (pdf, 75 kB)

--> http://www.weripwoer.at/pdfs/northrup_frauenkoerper_frauenweisheit.pdf

Die Unterscheidung zwischen innerer Weisheit und Stimmen aus dem Inneren wird allen sehr schnell klar, die umsichtig und achtsam mit sich und den Botschaften aus ihrem Inneren umgehen. Unser Körper ist da ein genialer Detektor - probier es einfach mal aus! :)

=====

*** Auswirkungen von innerer Weisheit ***

Die meisten von Euch wissen: Ich habe eine stark kopf-betonte Vergangenheit als theoretische Physikerin hinter mir. Da macht es mir besonders große Freude, in den letzten Jahren vermehrt die anderen Aspekte, jene intuitiven Aspekte, zu leben.

So habe ich vor kurzem das Symposium Frauenweisheit (siehe weiter unten) initiiert, ohne dass ich bis heute weiß, warum genau das so wichtig für mich ist. Ich habe auch keine (rationale) Ahnung, warum ich genau die Frauen eingeladen habe, die ich eingeladen habe. Ich habe mich ganz auf mein Bauchgefühl verlassen. Und ich bin gut gefahren damit! :)

Menschen, die ihrer inneren Weisheit folgen, sind unabhängiger - vor allem vom Konsum. Sie wissen, was für sie wichtig ist, und worauf sie leicht verzichten können.

Menschen, die ihrer inneren Weisheit folgen, leben zuversichtlich, weil sie sich geführt fühlen. Sie brauchen sich nicht vor "der bösen Welt" fürchten. Menschen, die ihrer inneren Weisheit folgen, lassen sich von angstmachenden Geschichten nicht mehr einschüchtern, weil sie ihre Intuition als Referenz verwenden können. Sie wissen, was ihnen und ihrem Körper gut tut.

Menschen, die ihrer inneren Weisheit folgen, fühlen sich verbunden. Sie spüren intuitiv die Verbundenheit zu einem großen Ganzen. Sie sind nicht mehr einsam.

Menschen, die ihrer inneren Weisheit folgen, sehen sich nicht mehr als Opfer des Systems, der Welt, der Gesellschaft, der Eltern, etc. Sie erkennen sich selbst als machtvolle und ganze Menschen.



www.weripower.at

Menschen, die ihrer inneren Weisheit folgen, erkennen ihre eigenen Grenzen, merken genau, wann es zu viel wird. Sie wissen gleichzeitig auch, wann es wirklich auf etwas ankommt, wann es darauf ankommt, die eigenen Grenzen zu überwinden, weil etwas einfach wirklich wichtig ist.

Habe ich etwas Wichtiges vergessen? Welche Auswirkungen von innerer Weisheit kennst Du? Lass es mich - und vielleicht auch die anderen Leser/innen - wissen. Du kennst die Kontaktadresse bereits:

--> u.feichtinger@weripower.at

=====

*** Symposium Frauenweisheit ***

Von 29. April bis 1. Mai fand in Gmunden das erste Symposium Frauenweisheit statt. Zehn physisch anwesende und einige virtuell anwesende Frauen brachten ihr Frauenwissen ein, vernetzten dieses Wissen und machten so Frauenweisheit sichtbar und erlebbar. Es war eine sehr intensive und stärkende Veranstaltung.

Damit auch andere Menschen an dieser Energie und unseren Erlebnissen teilhaben können, haben wir eine Website eingerichtet, wo

- * Symposiumsmappe inklusive Konzept
- * Ergebnisse
- * Photos
- * Stimmen über das Symposium
- * weiterführende Materialien
- * Presse-Informationen

abrufbar sind. Unsere Website ist folgendermaßen erreichbar:

--> <http://www.weripower.at/frauenweisheit/>

Wir freuen uns darüber, wenn möglichst viele Menschen diese Information weitertragen - und wir freuen uns über Rückmeldungen zur Website! :)

=====

*** Aktuelle Termine ***

Details und weiterführende Links unter

--> <http://www.weripower.at/termine.html>

--- ACHTUNG TERMINÄNDERUNG!!!! ---

- * Mit der Berufung aus der Babypause
- Vortrag bei Frauen in Bewegung, Gmunden
- 29. Mai, 19 Uhr, FiB, Esplanade 23, Gmunden

- * Dem guten Leben auf der Spur
- Zukunftssymposium des Frauenforum Salzkammergut
- 1. und 2. Juni, Ebensee

- * Babypause
- Auszeit und Geburt des dritten Kindes
- ab 3. Juni, Gmunden

=====

*** Neu auf weripower.at ***

* Symposium Frauenweisheit - die Website

--> <http://www.weripower.at/frauenweisheit/>



www.weripower.at

* Download: Die Weisheit des alten Mannes - Leitfaden des Glücks

--> <http://www.weripower.at/download.html#praes>

[Anmerkung: Diese Präsentation habe ich von Michael Molecz zugeschickt bekommen, dessen Website-Name total gut zum Thema passt! :)]

--> <http://www.lustamleben.com/>]

* Links: Meldestelle für Glücksmomente

--> <http://www.weripower.at/links.html#glueck>

=====

Die innere Weisheit - wenn sie am Werken ist, dann fühlen wir uns im Fluss! :) Flow-Zustand! :) Das ist es, was ich uns allen möglichst oft wünsche: Kontakt zur inneren Weisheit haben - Einklang mit der ur-eigenen Schwingung finden - von Angesicht zu Angesicht mit der Intuition leben! :) :) :)

Ich freue mich sehr, wenn Du den Fluss unterstützen möchtest, indem Du diesen weripower Brief weiterleitest, damit die Vernetzung voranschreitet. No forceful pushing, let it flow! :)

Herzliche und fröhliche Grüße aus Gmunden sendet Euch
ULI

=====

*** Impressum ***

Du erhältst diesen Newsletter als KundIn oder InteressentIn von weripower Coaching & Training mit :) - Faktor.

Anmeldungen, Adress-Änderungen & Abmeldungen vom Verteiler sind entweder mit einem formlosen Email an

--> u.feichtinger@weripower.at

oder über folgende Seite möglich:

--> <http://www.weripower.at/briefe.html>

Medieninhaberin: Für den Inhalt der weripower Briefe ist Ulrike Feichtinger verantwortlich.

Richtung des Newsletters: In den weripower Briefen werden Informationen und Denkanstöße rund um die Themen ***Zuversicht - den eigenen Weg gehen - Leben aktiv gestalten - selbstbestimmt leben*** sowie Veranstaltungsankündigungen von Ulrike Feichtinger übermittelt.

Unternehmensgegenstand der Medieninhaberin: Unternehmensberatung, Schwerpunkt Coaching & Training

siehe auch

--> <http://www.weripower.at/impressum.html>

--

Dr.^in Ulrike Feichtinger, Coach & Trainerin
weripower: Coaching & Training mit :) - Faktor
www.weripower.at - u.feichtinger@weripower.at
+ 43 (0) 650 460 4103
4810 Gmunden, Traunsteinstr. 52
1040 Wien, Gußhausstr. 24 / 12