

weripower Brief zum Ausdrucken als pdf:

--> [http://www.weripower.at/pdfs/weripower\\_brief\\_nr\\_37.pdf](http://www.weripower.at/pdfs/weripower_brief_nr_37.pdf)



Coaching & Training  
mit ☺-Faktor!

Gmunden, 17. Juni 2011

Ihr lieben Seelen!

Seit Ende März war ich mehr aufs Innen und meine persönliche Entwicklung konzentriert. Doch nun spüre ich wieder die Zeit und das Bedürfnis, nach außen zu gehen und einen weripower Brief zu schreiben! ☺ Zuerst war es mir wichtig, die schon vor längerem angekündigte technische Umstellung durchzuführen. Voila, Ihr seht das Ergebnis! ☺ Ich hoffe, dass Euch das neue Format zusagt! ☺

Der heutige Brief beschäftigt sich mit demselben Thema, das mein Leben in den letzten Monaten geprägt hat:

### Den Geist auf die Welt bringen

Ich wünsche Euch eine gute und erholsame Zeit beim Lesen dieses weripower Briefes! ☺

#### Inhalt des 37. Briefes

- \* Einfach zum Nachdenken
- \* Den Geist auf die Welt bringen
- \* Mit Polaritäten leben
- \* Aktuelle Veranstaltungen
- \* Service auf weripower.at

---

#### Einfach zum Nachdenken

Viele kleine Leute  
an vielen kleinen Orten,  
die viele kleine Dinge tun,  
werden das Gesicht der Welt verändern.  
*Afrikanisches Sprichwort*

A strong woman is one who feels deeply and loves fiercely.  
Her tears flow just as abundantly as her laughter.  
A strong woman is both soft and powerful.  
She is both practical and spiritual.  
A strong woman, in her essence, is a gift to all the world.  
*Unbekannt*

If we take the time,  
no matter how crazy and troubled we feel,  
we can find something to be thankful for.  
*Terry Lynn Taylor*

Es schien bislang, als hätten wir  
in unserer Eigenschaft als Frauen  
nur zwei Möglichkeiten: entweder  
den Autoritäten zu folgen und sie damit zu unterstützen  
oder sie zu bekämpfen und damit ebenso zu unterstützen.  
In beiden Fällen sind wir Verlierer.  
Zum Glück gibt es eine dritte Alternative:  
Wir können ganz einfach wir selbst sein.  
Wir können herausfinden,  
was wichtig für uns ist, und es auch tun.  
*Christiane Northrup*

---

#### Den Geist auf die Welt bringen

In vielen (bzw. in den meisten) spirituellen Traditionen geht es darum, das weltliche Leben und den eigenen Körper so weit als möglich hinter sich zu lassen, sich immer mehr von ihm zu lösen und eins zu werden mit dem Geist. Der Tod gilt als Erlösung von diesem "Hindernis" Körper. Man könnte sagen, es geht darum, die Welt und die Materie hinter sich zu lassen und ganz im Geist aufzugehen.

weripower Brief zum Ausdrucken als pdf:

--> [http://www.weripower.at/pdfs/weripower\\_brief\\_nr\\_37.pdf](http://www.weripower.at/pdfs/weripower_brief_nr_37.pdf)



Coaching & Training  
mit ☺-Faktor!

Folge davon sind Verhaltensweisen wie zum Beispiel

- \* fasten
- \* keusch leben
- \* eremitisch bzw. zurückgezogen leben
- \* viel meditieren bzw. beten
- \* Erleuchtung anstreben

Solange ich mich erinnern kann, hatte ich bei diesen Dingen kein wirklich gutes Gefühl, es hat sich für mich nie "richtig" angefühlt. Speziell in den letzten Jahren, wo ich mit kleinen Kindern zusammenlebe, kommt es mir besonders unpassend vor, totale Stille und Innenkehr als einzig gültige spirituelle Praxis gelten zu lassen. Außerdem passt es nicht zu meinem Weltbild, dass wir unseren Körper als unnötiges Etwas bekommen haben sollen, vielleicht sogar noch mit dem Ziel, um uns hier auf der Welt leiden zu lassen. All das hat sich einfach nicht stimmig angefühlt.

Umso mehr war ich erleichtert, in den letzten Monaten eine neue Form von Spiritualität kennen zu lernen. Es war Chameli Ardagh, die mir zum ersten Mal verständlich gemacht hat, was eine spirituelle Alternative sein könnte, sie nennt es die feminine Spiritualität.

In einem Interview

→ <http://www.christina-jung.com/pictures/ja-62010.pdf>

beschreibt Chameli Ardagh ihre Entwicklung ähnlich wie ich oben:

*Doch egal wie viel ich auch meditierte, blieb eine Verwirrung über die Tatsache, dass ich in einem weiblichen Körper lebe: einem so lebendigen Körper, mit so tiefer Sehnsucht und Bereitschaft zu lieben. Schließlich entdeckte ich, dass die meisten spirituellen Übungen für ein klösterliches Leben gemacht wurden, von Männern für Männer. Da wurde mir klar, dass wir als moderne Frauen andere Lösungen brauchen.*



Durch einen sehr raschen und turbulenten inneren Prozess wurde mich klar, dass es um etwas zutiefst Feminines geht: Tagtäglich bringen Frauen rund um den Globus Seelen auf die Welt. In den Bäuchen von Frauen bekommen Seelen eine Form, einen Körper!

Feminine Spiritualität ist für mich analog dazu ein Leben, wo wir den Geist, den Spirit auf die Welt bringen! Tagtäglich. Mitten im Leben. Während die Kinder streiten. Während die Freundin am Telefon über ihre Sorgen klagt. Während Arbeitssitzungen. Beim Einkaufen. Am Klo. Bei der Gartenarbeit. Beim Kochen. Beim Email-Schreiben. Beim Putzen. Beim Sex. Beim Malen. Beim Ausfüllen der Steuererklärung. Einfach während wir leben.

In verschiedenen Coaching-Sitzungen der letzten Wochen fällt von verschiedensten Kundinnen immer wieder ein Satz: "Es geht ums Leben!" Ja, darum geht es uns: mit beiden Beinen fest auf der Erde, den Kopf im Himmel, die Hände tatkräftig, das Herz offen! ☺



Seit ich durch Chameli Ardagh zu diesen Erkenntnissen und Erfahrungen gekommen bin, fühle ich mich "daheim" angekommen. Ja, das ist meine Form von Spiritualität. Das ist für mich eine stimmige und lebbare Form von Spiritualität. Es tut so gut, sich verstanden zu fühlen, sich erkannt und wahrgenommen zu fühlen!

Wenn Du mehr über Chamli Ardagh und ihre Arbeit erfahren willst, kannst Du auf der englischen Seite

→ <http://www.awakeningwomen.com/>

oder auf der deutschen Seite (weniger ausführlich)

→ <http://www.awakeningwomen.de/>

schmökern, oder Dich auf Facebook

→ <http://www.facebook.com/pages/Awakening-Women-Institute/58155612701>

mit ihr verbinden! ☺

weripower Brief zum Ausdrucken als pdf:

--> [http://www.weripower.at/pdfs/weripower\\_brief\\_nr\\_37.pdf](http://www.weripower.at/pdfs/weripower_brief_nr_37.pdf)



Coaching & Training  
mit ☺-Faktor!

Mein Daheim-Ankommen in der femininen Spiritualität hat eine neue Sehnsucht entfacht: etwas wie eine Frauentempelgruppe

→ <http://www.awakeningwomen.de/frauengruppennetzwerk>

in Gmundener Umgebung: feminine Spiritualität in einer Gruppe von gleichgesinnten Frauen ins persönliche Leben bringen und festigen, gemeinsam Lebensübergänge feiern, gemeinsam tiefe Erfahrungen machen. Das ist mein Wunsch, meine Sehnsucht! ☺ Ich bin gespannt, wie sich dieser Traum in meinem Leben manifestieren wird! ☺

Ich freue mich über Deine Kommentare auf meinem Blog unter

→ <http://weripower.blogspot.com/2011/06/den-geist-auf-die-welt-bringen.html>

☺ ☺ ☺

## Mit Polaritäten leben

Wenn ich von femininer Spiritualität im obigen Sinne spreche, fühlen sich Menschen immer wieder herabgesetzt, vor allem Männer. Mein Schwärmen von dieser Form der femininen Spiritualität wird als Angriff auf die "alte" Form von Spiritualität, eine maskuline Spiritualität, verstanden.

Doch gibt es kein Richtig und kein Falsch. Es ist kein Entweder-Oder. Es geht um Sowohl-Als-Auch. Mir ist es wichtig, viele verschiedene Methoden und Werkzeuge zur Verfügung zu haben. Einmal ist es die komplette Auflösung in einer Meditation, einmal ist es das sanfte Berühren der Wiese mit nackten Füßen. Keines ist besser als das andere, höchstens in einer bestimmten Situation besser geeignet als das andere oder wirkungsvoller. Frauen wie Männer sind aufgerufen, beide Formen von Spiritualität zu leben, je nachdem was gerade stimmig ist und was gerade ansteht.



Dass ich von femininer Spiritualität so schwärme, hat damit zu tun, dass ich wirklich erleichtert bin, diese Form für mich entdeckt zu haben. Ich spüre, dass es vielen Frauen ähnlich geht wie mir – that's why I want to spread the word! ☺ Das, was als maskuline Spiritualität bezeichnet werden kann, ist ohnehin recht allgemein bekannt...

Solche Polaritäten von Yin und Yang finden wir überall im Leben, nicht nur in der Natur und im Jahreskreis, nicht nur in kalt-warm, hell-dunkel, Tag-Nacht, etc. Auch das spirituelle Leben spielt sich in Polaritäten ab, die in wunderschöner Art und Weise in dem Artikel "Archetypal Practices for Collective Wisdom" von Thomas J. Hurley

→ [http://www.collectivewisdominitiative.org/papers/hurley\\_archetypal.htm](http://www.collectivewisdominitiative.org/papers/hurley_archetypal.htm)



beschrieben sind. Eigentlich ist diese Form der Praxis für Gruppenarbeit gedacht, doch ich persönlich verwende die Grafik auch, um nachzuspüren, was in meinem Leben gerade ansteht:

- ★ Geht es darum, um Führung zu bitten? Oder darum, die Intention klar zu setzen?
- ★ Geht es darum, einen Standpunkt einzunehmen und den stark zu vertreten? Oder geht es darum, alles anzunehmen, wie es ist?
- ★ Geht es darum, mich dem Fluss oder dem Rhythmus des Lebens zu überlassen? Oder geht es darum, konkrete Ziele zu einem konkreten Zeitpunkt zu erreichen?

Dabei geht es eben nicht um richtig und falsch, nur um angemessen oder unangemessen in einer konkreten Situation. In diesem Sinne freue ich mich sehr, dass die maskuline Spiritualität nun durch die feminine Spiritualität zu einer Ganzheit gefunden hat! ☺

Ich freue mich über Deine Kommentare auf meinem Blog unter

→ <http://weripower.blogspot.com/2011/06/mit-polaritaeten-leben.html>

☺ ☺ ☺

weripower Brief zum Ausdrucken als pdf:

--> [http://www.weripower.at/pdfs/weripower\\_brief\\_nr\\_37.pdf](http://www.weripower.at/pdfs/weripower_brief_nr_37.pdf)



Coaching & Training  
mit ☺-Faktor!

## Aktuelle Veranstaltungen

### Huna - Philosophie für ein bewusstes Leben



Fr., 1. Juli 2011, 15-20 Uhr, 30 Euro, Kulana

#### 7-Elemente-Massage KAHI LOA

--> [http://www.weripower.at/huna\\_angebot.html#kahiloa](http://www.weripower.at/huna_angebot.html#kahiloa)

Anmeldung bis 27. Juni 2011

Mi., 6. Juli 2011, 19:30, 12 Euro, Kulana

#### Reise in die nicht-alltägliche Wirklichkeit

--> [http://www.weripower.at/huna\\_angebot.html#reisen](http://www.weripower.at/huna_angebot.html#reisen)

Anmeldung bis 5. Juli 2011

### Sommerferien ☺ ☺ ☺



Während der Schulferien macht auch weripower eine Seminar-Pause, Einzelarbeit ist nach Vereinbarung auch im Sommer möglich! ☺

Das neue Programm für 2011 / 2012 erscheint voraussichtlich im September 2011! :)

Anmeldungen bitte bis zum angegebenen Datum per Mail an [u.feichtinger@weripower.at](mailto:u.feichtinger@weripower.at) oder telefonisch unter 0650/4604103.

### Lageplan Kulana

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

Kulana (hawaiian.) heißt Treffpunkt für Menschen und ist der Name meiner Räumlichkeiten, in denen ich meine Coachings und die meisten meiner Veranstaltungen abhalte. Die maximale Gruppengröße im Kulana umfasst 6 Personen.

Alle Veranstaltungen sind online abrufbar unter

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

---

## Service auf weripower.at

### weripower Blog

--> <http://weripower.blogspot.com/>

Bereits im Jahr 2006 (!) habe ich ein Blog eröffnet, doch noch nie "so richtig" verwendet. Mit der technischen Umstellung der weripower Briefe ist nun auch das Blog wieder aktuell geworden. Ich freue mich speziell, dass über das Blog auch Diskussion über die Inhalte der weripower Briefe möglich wird! ☺ Ich lade Euch herzlich ein, Eure Meinung kund zu tun! ☺ ☺ ☺

→ <http://weripower.blogspot.com/2011/06/technische-umstellung-der-weripower.html>

### Netzwerk: Frauengruppe "Mondtänzerinnen"

Kaum hatte ich meinen Wunsch nach einer Frauentempelgruppe formuliert, hat sich in Gmunden Umgebung eine Gruppe von Frauen gefunden, die unter der Leitung von Yona Sophia

→ <http://www.facebook.com/profile.php?id=100001589529643>

und unter dem Namen "Mondtänzerinnen" regelmäßig zusammenkommt, um gemeinsam zu singen, zu tanzen, zu meditieren und zu lachen! ☺ ☺ ☺ So ein Zufall aber auch! ☺

Für interessierte Frauen ist Yona unter [yona\\_sophia@web.de](mailto:yona_sophia@web.de) erreichbar.

### Fotos und Bilder

Auf meiner Facebook-Seite veröffentliche ich seit einiger Zeit Fotos und Bilder, die äußere Abbildungen von inneren Prozessen sind. Ich lade Dich ein, in dem Album

→ <http://www.facebook.com/media/set/?set=a.10150195026019474.331914.300748099473>

vorbei zu schauen! ☺

weripower Brief zum Ausdrucken als pdf:

--> [http://www.weripower.at/pdfs/weripower\\_brief\\_nr\\_37.pdf](http://www.weripower.at/pdfs/weripower_brief_nr_37.pdf)



Coaching & Training  
mit ☺-Faktor!

Ich hoffe, dass ich mit dem aktuellen weripower Brief meine Begeisterung für diese neue-  
alte Form der Spiritualität transportieren konnte. Gerade das Sommerhalbjahr lädt uns ein,  
das Leben mit allen Sinnen in jedem Augenblick auszukosten. Da bekommt das alte  
Sprichwort "Carpe diem! – Pflücke den Tag!" doch gleich eine ganz neue Bedeutung! ☺ ☺

So wünsche ich uns allen einen WUNDERvollen Sommer voll sinnlicher Erfahrungen, die uns  
daran erinnern, dass wir Geist / Spirit / Seele in einem materiellen Körper sind und gerade  
Abenteuerurlaub auf dem Planeten Erde machen! ☺

Herzliche Grüße sendet Euch allen

ULI



G.N. (= Good News): Chameli Ardagh kommt nach Österreich! ☺ Am 2. Juli gibt's einen "Komm Dir näher –  
Frauentag in Wien", wo alle Interessierten ihre Form der femininen spirituellen Praxis live erleben können! ☺

→ <http://www.awakeningwomen.de/event-calendar/308-awi-frauentag-wien-juli2011>

I'll be there! ☺ ☺ ☺

Wenn Du Dich an der Initiative "Good News" beteiligen willst, hänge an Deine Emails statt eines P.S. ein G.N.  
(=Good News) an! Noch mehr Good News warten auf Dich - und Deinen Beitrag! :) - unter

--> <http://www.iramollay.net/forumgoodnews.htm>

---

### Impressum

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

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 – Spiritualität* sowie  
Veranstaltungsankündigungen von Ulrike Feichtinger übermittelt.

Unternehmensgegenstand der Medieninhaberin:  
Unternehmensberatung, Schwerpunkt Coaching & Training

Anmeldungen zum Newsletter werden gerne hier

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

entgegen genommen! ☺

#### Foto Credit:

Sonnenuntergang mit Hängematte:

Robert S. Donovan - <http://www.flickr.com/people/booleansplit/>

Dr.<sup>in</sup> Ulrike Feichtinger, Coach & Trainerin

weripower Coaching & Training mit :) - Faktor

<http://www.weripower.at/> - [u.feichtinger@weripower.at](mailto:u.feichtinger@weripower.at)

+ 43 (0) 650 460 4103

4810 Gmunden, Traunsteinstr. 52