



Neues vom Ute Griessel Institut November 2018

Ihr Lieben!

Schon wieder ein Newsletter? Ihr Lieben, das ist jetzt der richtige Zeitpunkt! Anfang November. Wir fassen wieder Tritt. Das ist etwas Schönes: Wenn die Bahn nach Fahrplan fährt, wenn die Straße mit dem Navi übereinstimmt, und ein Ei nach vier Minuten genau richtig, nämlich weich, aber nicht zu weich ist, dann ist wenigstens dieser Teil der Welt in Ordnung, und wir können beruhigt an unser Tagewerk gehen.

Zu lesen gibt es dieses Mal:

1. NLP-Kompakt: Klug. Den Inneren Lehrer hören. Sa, 10. November 2018
2. Übung: Der Tod als Lehrmeister
3. NLP-Info-Abend: Donnerstag, 22. November 2018
4. NLP-Practitioner: Beginn 7. Februar 2019
5. Eine Geschichte von Herrn J. Von Liebe und Freiheit.

Also, seid herzlich begrüßt von Eurer *Renate und Ute*

NLP KOMPAKT-SEMINAR

Samstag, 10. November 2018 von 10:00 – 17:00 Uhr

Klug. Den Inneren Lehrer hören. Distanz und neue Perspektiven gewinnen.

In diesem Seminar kombinieren wir Elemente aus archaischen Traditionen, nämlich der Ausbildung zum Schamanen, mit modernen Tools der Persönlichkeitsbildung aus dem NLP. Die amerikanische Völkerkundlerin Anceles Arrien hat zum Archetyp des Lehrers herausgefunden:

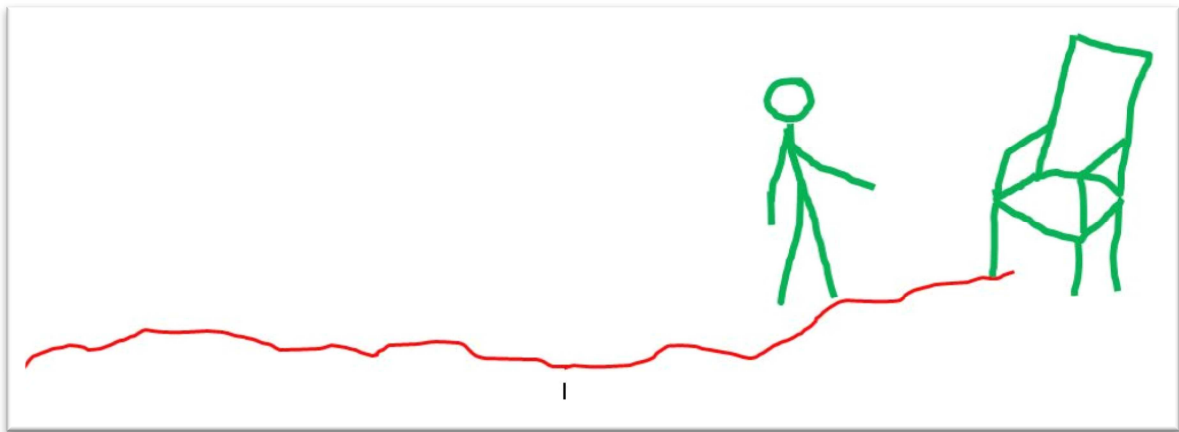
Der Weise ist in Kontakt mit der Tradition, mit den Ahnen. Er übersieht einen langen Zeitraum. Er hat Abstand und er hält Abstand. Er bindet nicht. Er gibt seine Weisheit weiter und lässt die Menschen wieder gehen. Er kann Ungewissheit aushalten. Er kann mit Verlust umgehen. Herbst und Winter sind seine Zeit.

Der ungelebte, der verhinderte Lehrer ist selbstgerecht, starr und rechthaberisch. Der Lehrer heilt sich selbst in der Stille, indem er sich mit dem



Tod auseinandersetzt, und indem er jeden Tag bewusst etwas Neues ausprobiert.

Anmeldung per Mail erbeten: info@nlp-kaiserswerth.de



Übung: Der Tod als Lehrmeister.

nach Joseph O'Connor

Die folgende Übung ist geeignet, dem Leben in der Gegenwart mehr Sinn und Tiefgang zu geben. Sie arbeitet mit Visualisierungen und dem NLP-Konzept der Time-Line, symbolisiert durch eine etwa 5 Meter lange Schnur, die auf den Boden gelegt wird. Die Beraterin steht zunächst mit der Klientin mitten im Raum – mit Blick auf einen bequemen Lehnstuhl.

Beraterin: „Die Schnur hier bedeutet die Länge deines Lebens, von der Geburt bis zum Tod. – Wo, meinst du, stehst du jetzt?“

Die Beraterin begleitet die Klientin zum Gegenwartspunkt, den die Klientin intuitiv findet. Beraterin; „Kannst du dir vorstellen, wie du als ganzer alter Mensch - wenn nichts mehr zu tun ist - dort in dem Sessel sitzt und auf dein Leben zurückschaust?“ Die Klientin entwickelt ein Bild von sich selbst im hohen Alter. Wenn das innere Bild „steht“, begleitet die Beraterin ihre Klientin langsam an der Schnur entlang bis zum Sessel. Dabei bedeuten die Schritte die vor ihr liegenden Jahre und Jahrzehnte.

Die Klientin nimmt im Sessel Platz, setzt sich also in ihr visualisiertes Altersbild hinein. Das braucht etwas Zeit.

Beraterin „Kannst du jetzt dein jüngeres Ich da hinten sehen?“

Wenn diese Visualisierung „steht“, gibt die Beraterin einige Impulse:

Du könntest Dich vielleicht fragen:

Was wollte ich in meinem zu Ende geführt haben?

Was ist das für ein Gefühl, diese Dinge zu Ende geführt zu haben?

Wie wäre es, wenn ich sie nicht zu Ende geführt hätte?

Was kann ich in der Gegenwart tun, um dem Ziel, diese Dinge zu Ende zu führen, näher zu kommen?

Welchen Rat würde ich meinem Ich dort in der Gegenwart geben, wenn ich vom Ende des Lebens aus zurückblicke?

Wie wichtig sind die Sorgen, die sich mein Ich in der Gegenwart macht, vom Ende des Lebens her betrachtet?

Was ist das Wichtigste, was ich in der Gegenwart tun sollte?

Beraterin: „Gib deinem jüngeren Ich vom Ende des Lebens her ein paar gute, liebevolle Worte und einen Rat!“

Die Klientin sagt einige wenige, sehr existenzielle Sätze. z.B. „Sprich noch einmal mit Deinem Vater!“ und: „Du bist Musikerin, mach Musik!“ – Einsichten, die auf diese Weise gewonnen werden, sind oft von großer Relevanz für den weiteren Lebensweg.

NLP-Practitioner 2019: Beginn: 7. - 10. Februar 2019. Flyer auf der Webseite. Jetzt Anmelden!



NLP-Info-Abend.

Donnerstag 22. November 2018. 18:30 -21:30 Uhr.

Was Ihr schon immer über NLP wissen wolltet: Was ist und was bringt NLP? Was sind die Inhalte der NLP-Ausbildung? Praktisch zeigen wir zwei klassische NLP-Übungen zum selber Erfahren und selber Probieren. Zwischendurch gibt es einen Imbiss und Zeit für Austausch und Fragen.

Vielleicht ist auch interessant: Wie arbeiten die Trainerinnen? Was für Leute kommen in die Gruppe? Termine, Arbeitszeiten, Kosten? – Für alles das ist Zeit.

Eine Geschichte von Herrn J. Von Liebe und Freiheit

Wenn J. in Süddeutschland zu tun hatte, machte er gerne einen Abstecher nach Böblingen, um alte Freunde zu besuchen. Er kannte die drei Geschwister schon ewig. Er sagte: „Das sind wunderbare Menschen! Da kann ich unangemeldet kommen, auch mit dem Team.“ - So war es dann voriges Jahr im September, an dem Tag, von dem ich erzählen will.



Es wurde eher Abend, bis wir in Böblingen ankamen. - Und tatsächlich freuten sie sich riesig, J. wiederzusehen, umarmten auch Andreas und mich, und nahmen unsere jungen Leute herzlich auf. „Ihr schlaft natürlich hier“, ordnete Martha an. „Und morgen nach dem Frühstück könnt ihr weiterfahren.“ Wir saßen bald mit Tee und Keksen um den großen Esstisch und erzählten von unserem Auftrag in Stuttgart. Wir hatten Andreas mitgenommen, unseren erfahrenen Teamer und Jens und Isabel, um sie ein wenig einzuführen in die Aufgabe der Assistenten.

Lazy legte sich nach einer Weile wieder auf das Sofa, aber so, dass er uns im Blick hatte. Ich kannte Lazy nicht anders als kränklich. Er konnte nicht lange sitzen. Er konnte nicht arbeiten und wurde nach dem Tod der Eltern von seinen beiden Schwestern versorgt. Seine Krankheit hatten sie sehr selbstverständlich als Lebensaufgabe übernommen. Sie konnten praktisch nicht weg. Umso wichtiger war für sie Besuch, Gespräch, Austausch. – Es wurde schnell sehr lebendig am großen Esstisch.

Nach einer Weile erhob sich Martha und ging auf Zehenspitzen hinaus. Ich folgte ihr, und richtig: Sie ging die Betten beziehen. Ich half ihr und informierte: Ja, Jens und Isabel sind ein Paar, sie wollen bestimmt ein gemeinsames Zimmer, wie klein auch immer. Andreas und J. würden mehr Platz brauchen: Wir richteten für sie das Elternschlafzimmer her. Martha räumte ihr Bett für mich – wegen meinem Rücken – und legte für sich die Luftmatratze auf den Boden. Ich erzählte ihr ein bisschen vom Fortgang unserer Arbeit. Dann schickte sie mich ins Wohnzimmer zurück, murmelte etwas von Abendessen und verschwand in der Küche.

Im Wohnzimmer hörte ich, wie J. das Seminarkonzept für Stuttgart erläuterte. Jens und Isabel waren sehr aufmerksam. J. erklärte ihnen, was sie in den Kleingruppen tun sollten. Marie hing an seinen Lippen und seufzte. „Ich würde so gerne mitkommen!“ Isabel war sofort begeistert: „Ja, komm mit, dann können wir eine Gruppe mehr machen!“ In dem Moment kam Martha herein und sagte sehr deutlich zu J. „Ich brauche Marie hier. Und jetzt brauche ich sie in der Küche!“ – Für einen kurzen Moment herrschte Stille, eine peinliche Stille. Es war klar, dass wir auf einen heftigen Konflikt gestoßen waren: Die Eintracht der Geschwister hatte Risse bekommen.

J. bat Martha: „Mach Dir noch nicht so viel Mühe mit uns! Wir brauchen kein großes Essen. – Und lass Marie. Das ist jetzt sehr wichtig für sie. Sie hat sich auf den Weg gemacht!“ – Martha dampfte ab mit einem etwas bitteren „Okay!“ – Ich hatte das Gefühl, sie sollte jetzt allein sein.

J. kehrte zu seinen Darlegungen zurück, und alle hörten gespannt zu - bis zum Abendessen, das, wie immer in diesem Hause, üppig, fröhlich und festlich war. – Ob der Konflikt in Vergessenheit geraten war? Nicht bei J! J. hatte es irgendwie geschafft, dass Andreas auf dem Sofa im Esszimmer schlief, und er mit Lazarus ins Elternschlafzimmer konnte. Er wollte mit Lazy unter vier Augen reden, wie das spannungsvolle Dreieck unter den Geschwistern aufzulösen wäre.

Für mich war klar: Lazy muss gesund werden, damit seine Schwestern frei sein können. Aber er hat den Weg auf andere Weise frei gemacht. - Lazy ist sanft und still aus diesem Leben geschieden. J. hat sehr um ihn gekämpft. Einmal hat er ihn praktisch vom Totenbett ins Leben zurückgeholt. Aber dann ist er doch gestorben. In diesen Wochen des Abschieds haben die drei Geschwister ihre Liebe wiedergefunden. Und die Freiheit dazu.

(Nach Lukas 10, 38-42 und Johannes 11 in Auswahl)