

**Teile-Arbeit**

Die Kraft der Synergie


**WIR  
LEBEN  
SCHEINBAR  
IN EINER  
DUALEN  
WELT**



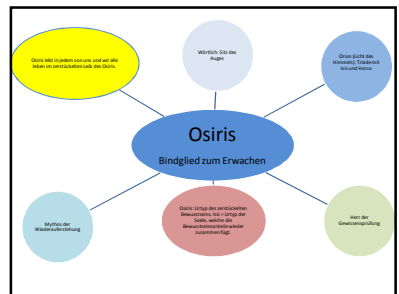
**DUALITÄT  
UND EINHEIT  
EXISTIEREN  
GLEICHZEITIG**



DAS QUELLE IST  
JEDER  
ETWAS NEUES!



**Drei Realitäten**

**DURCH TEILE-ARBEIT ENTSTEHT  
BEWUSSTHEIT**

✘ **Kindheits-Ich:** Triebhaft, motivierend, spielerisch  
 ✘ **Erwachsenen-Ich:** reif, klar, vernünftig  
 ✘ **Über-Ich:** übernommene Normen, Verbote, Regeln, tyrannisiert oft sich und andere!

Gesunde Interaktionen erkennen, aus welchem Ich heraus gesprochen wird:  
 © „Ich bin ok – Du bist ok!“ ©

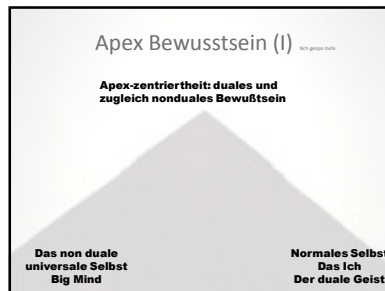
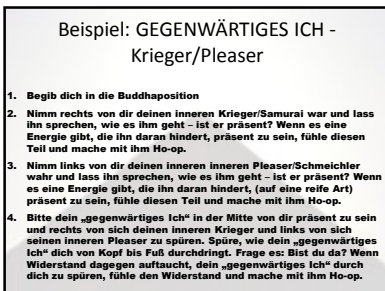
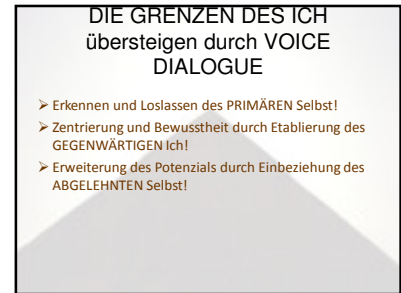
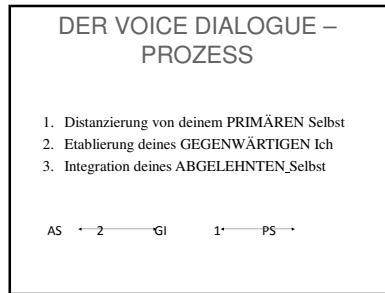
**Das innere Team – König und Fürsten**

NACH FRIEDRICH SCHULZ VON THUN, VERBODEN VON VOLKESKOLLEKTIV

- 1. **Identifikation klären:** Mit welchem Minister/Fürsten bist du gerade identifiziert?
- 2. **König sein:** Tritt einen Schritt zurück.
- 3. **Interview:** Lasse alle Minister/Fürsten sprechen und finde ihre positive Absicht heraus.
- 4. **Ho'oponono:** Mit allen Ministern/Fürsten – was ändert sich?
- 5. **Auftrag:** Nimm die Autorität des Königs in Besitz und gib den Ministern/Fürsten stimmige Anweisung.
- 6. **Internalisiere:** Lade ggf. äußere Personen in deinen inneren Hofstaat ein.
- 7. **Setze um:** Finde heraus, was das Erkante für dein Leben bedeutet und setze es praktisch um.

**DER WEISE KÖNIG** nach von Thun; inspiriert durch holger edelsten

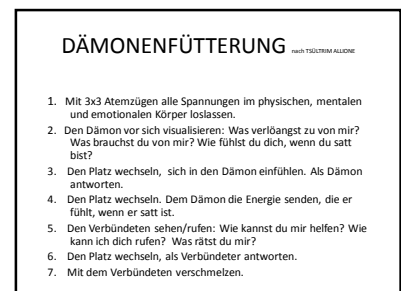
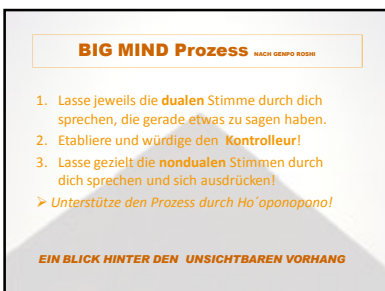
1. Den Fürsten sprechen lassen, mit dem du am meisten identifiziert bist.
2. Einen Schritt zurück treten, sich als König fühlen, die Verbindung nach oben schaffen, die positive Absicht des Fürsten wahrnehmen, gleichzeitig in der Autorität bleiben.
3. Die Autorität des Königs in Besitz nehmen, das Gesamtwohl erkennen, das, was stimmig ist.
4. Dem Fürsten eine Anweisung geben.
5. Ggf. weitere Fürsten sprechen lassen und ihnen Anweisungen geben.
6. Die eigene Autorität wahrnehmen.



### APEX Bewußtsein

NACH GEMPO ROSE

Dualität	Nicht-Dualität	Sowohl als auch (nicht-unterscheiden)
<b>Das beschädigte Selbst</b>	<b>Das unzerstörbare Selbst</b>	<b>Beschädigt und zugleich unzerstörbar</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Der Versager</li> <li>-Der Fehlerhafte Mensch</li> <li>-Unvollkommen</li> <li>-Das kleine Selbst</li> <li>-Das normale Leben</li> <li>-Buchtatengetreue</li> <li>-Geist</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Der Erfolger</li> <li>-Unfallbares Selbst</li> <li>-Vollkommen</li> <li>-Das universale Selbst Big Mind</li> <li>-Der Weg</li> <li>-Der Geist</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Versagen und Erfolg</li> <li>-unfallbar fehlerhaft</li> <li>-Vollkommen unvollkommen</li> <li>-Kleinere wie universales Selbst</li> <li>-Normales Leben als der Weg</li> <li>-Angemessene Haltung</li> </ul>





### Das Verhalten der einzelnen Teile nach einem Trauma

nach Prof. Dr. Franz Ruppert

TRAUMA-ANTEIL	ÜBERLEBENS-ANTEIL	GESUNDER ANTEIL
- Bleibt im Trauma hängen	- Ist blind für das Trauma	- Grundvertrauen
- Nimmt nicht Teil am Alerungs- und Reizeprozess	- Tut alles, damit das Trauma nicht hochkommt	- Einfühlungsvermögen
- Speichert die Erinnerung an das Trauma	- Empfindungen sind kontrolliert	- Kontaktfähigkeit, Wahrnehmungsfähigkeit, Wahrheitsliebe, Realitätsorientierung
- Reagiert traumatisch auf ähnliche Ereignisse	- Richtet sich danach was „rum tut“	- Hoffnung
- Sucht nach immer noch einem Ausweg	- Projiziert, wehrt ab, kontrolliert, kompensiert	- Bindungsfähig, merkfähig, reflexionsfähig
- Kann gestriggt werden!	- Macht sich Illusionen, macht lachselig, lockt ab...	- Verantwortungsbewusstsein
	- Spielt weiter	- Föhrig zur Geföhlregulation
		- Föhlt sich gehandicapt durch das Trauma

### Möglichkeiten in der Trauma-Therapie

- Systemische Aufstellungen
- Seelenrückholung (TOA)
- Schamanische Reisen
- Voice Dialogue

Mit allen betroffenen Anteilen Ho-oponono machen:

- ### Erste Hilfe bei Trauma-Auslösung
- Erkenne: Ich bin gerade in einem Trauma!
  - Mache eine Trauma-Intervention, zum Beispiel Ho-oponono, EFT etc.!
  - Spüre die Stille in dir, dein wahres Wesen!
  - Übe dich in die Trauma-Energie hinein und wieder hinauszugehen!
  - Frage dich: Was passiert als Nächstes!

### SCHWARZER VOGEL – WEISSER VOGEL

Übung: Nimm wahr, was derzeit ein Thema in deinem Leben darstellt. Und dann stelle dir vor, dass aus deinem Herzen ein weißer Vogel nach links hin flattert. Dieser weiße Vogel repräsentiert dein bevorzugtes Selbst in seiner erfüllten Form, das, womit du dich am liebsten identifizierst. Während der Vogel aus deinem Herzen flattert, erlebe, dass sich deine Identifikation mit all dem, was diesen Anteil ausmacht, löst. Der weiße Vogel hat jetzt all die Eigenschaften von deinem bevorzugten Selbst, all seine Träume und Hoffnungen.

Dann stelle dir vor, dass ein schwarzer Vogel aus deinem Herz nach rechts hin flattert. Der schwarze Vogel repräsentiert all die Eigenschaften, des gegenteiligen, verdrängten Selbst, des Lebensaußers, des Betrügers, des Selbstmitleidigen und mit diesen Eigenschaften all das, was du nicht in deinem Leben haben willst, was du energisch verurteilst oder dir verbotest.

Nun stelle dir vor, dass du mit einer Stange in der Hand über ein Hochseil gehst. Auf der linken Seite der Stange sitzt der weiße Vogel und versucht dich in Neigungen hineinzuziehen. Auf der rechten Seite der Stange sitzt der schwarze Vogel und will mit abstoßenden Dingen auf dich aufmerksam machen. Du selbst hältst deine Stange in Balance und gehst über das Hochseil, ohne sich in das eine oder andere Extrem hineinziehen zu lassen. Du bist in dir zentriert und stimmig und frei von deinen „weißen und schwarzen“ Stimmen, egal wie verlockend oder auch abstoßend diese sein mögen in Frieden.

Wenn immer du dich im Alltag von einer Stimme/einer Sache besonders angezogen oder abgestoßen fühlst, breite die Arme aus, stelle dir deinen weißen und deinen schwarzen Vogel und dein Hochseil vor, auf dem du wanderst, und zentriere dich in deinem „gegenwärtigen Ich“.

Wenn immer ablenkende Stimmen auftauchen, sage zu ihnen: Es tut mir leid – bitte vergib mir – ich liebe dich – danke!

DIE SIND AM UNFREIESTEN,  
DIE GAR NICHT WISSEN, DASS  
SIE UNFREI SIND UND  
DESHALB DEN VERSUCH SICH  
ZU BEFREIEN  
GAR NICHT BEGINNEN!

meine aktuellen seminartermine  
erfahren sie unter:

[www.klausjuergenbecker.de](http://www.klausjuergenbecker.de)

Vielen Dank fürs Kommen  
und einen guten Weg nach Hause!