

Selbst Autorität



"Ich weiß nicht....also
ich....hmmmm...irgendwie kommt
das...mal so und dann wieder so."

Selbst Autorität am Reflektieren durch Sprechen!

Selbst – über Sprechen die Richtung erkennen

Mit einer selbstprojizierenden Autorität triffst du Entscheidungen indem du darüber sprichst und wahrnimmst, wie Stimme und Brustkorb verschmelzen. Dabei geht es nicht darum die Rat einzuholen oder die Meinung anderer sondern einen Raum zu haben frei sprechen zu dürfen über das aktuelle Thema. Du wirst beim Sprechen merken wie deine Entscheidung aussieht und wie du darüber sprichst. Bist du beispielsweise sehr leise und stockend im Sprechen sagt dein inneres Richtungszentrum klar NEIN zu der Sache. Bist du im Redefluss und es geht dir leicht über die Lippen, dann ist das ein JA zu der Sache.

Du kannst auf folgendes achten:

- fällt es dir leicht darüber zu sprechen oder hast du einen Kloß im Hals
- ist deine Stimme klar und deutlich oder bist du eher leise und zurückhaltend
- stockt dein Wortfluss immer wieder ab oder findest du gleich die richtigen Worte
- beobachte ob dein Brustraum frei ist und du Raum hast oder ob sich beim Sprechen etwas zusammenzieht und beklemmend wirkt
- gute Indikatoren sind auch Huster beim Sprechen oder schneller werdender Atem

Mit deinem eigenen Prozess des „darüber reden“ wird in deinem Selbstzentrum die Entscheidungsfindung mechanisch angeregt und richtet sich gezielt nach deiner Richtung. Deine Entscheidungen beruhen immer darauf, wie sehr du bei dir selbst bist und deinen Selbstwert auch kennst. Achtung: ist dein Selbstzentrum stark geprägt durch andere Menschen, kann deine innere Autorität dir den Weg dieser Menschen als Entscheidung für dich vorgaukeln. Suche dir jemanden, der deinen Weg der Entscheidungsfindung kennt und der einfach nur zuhört. Über die Energie des anderen bist du in der Lage, deinen Prozess zu durchlaufen, völlig egal wer dir zuhört.

Solltest du merken, dass dein Selbstzentrum eiert, sprich, dass sich weder ein Dafür noch Dagegen einstellt, dann kannst du dein Gegenüber bitten dir gezielt folgende Reflektionsfragen zu stellen um tiefer einzutauchen:

- Wie geht es dir damit, wenn du JA sagen würdest?
- Wie geht es dir damit, wenn du NEIN sagen würdest?
- Was fühlst du beim Sprechen?
- Welche 3 Begriffe möchtest du zu diesem Prozess aussprechen?

Bitte achte darauf, dass du der inneren Autorität folgst und es nicht „zerdenkst“ sondern auf dein Richtungsweiser in der Brust achtest.

Was mache ich wenn ich keinen zum Sprechen habe?_

Leider funktioniert diese Autorität nicht, wenn wir mit unserem Spiegelbild sprechen sondern benötigt die Leitbahnen einer anderen Person, auf die wir unsere Entscheidungsfindung projizieren können. Wie eine Art Leinwand auf den dein Beamer scheint wird dann sehr deutlich, was das Endbild ist. Wenn du niemanden zum Sprechen hast, dann nimm' das Telefon in die Hand. Versuche jemanden zum Sprechen zu finden und äußere dein Bedürfnisse, denn andernfalls dreht sich dein Richtungszentrum mit dir im Kreis und du kannst nicht genau erkennen, welche Projektion aus dem Beamer herauskommt.