



Wandlungs-Kompetenz

Dieser Teil in uns sorgt für die nötige Flexibilität. Er lässt uns geschmeidig unseren Platz wechseln, wenn dies nötig ist. Er gibt uns die Kraft, alte Ufer zu verlassen und aufzubrechen zu Neuen. Dieser Teil in uns weiss um die Bewegtheit des Lebens. Leben ist Veränderung.

In Urzeiten waren es die jungen Männer, welche die Zelte abbrechen und voller Kraft und Neugier aufbrechen, neue Welten zu entdecken. Sie brauchten den Mut des Herzens und das Vertrauen ins Leben und in ihre eigenen Fähigkeiten.

Damit sich Wandlungs-Kompetenz in uns gesund entwickeln kann, braucht es klare Grenzen und klare, weise Führung. Dieses innere Team-Mitglied braucht Bewegung, Spiel und Spass, braucht Raum, seine Neugier zu stillen, Neues zu entdecken. Hier geht es um Emotionen.

Ist dieser Teil in uns in Dominanz, so sind wir rastlos. Wir können keine Wurzeln bilden und keine festen Beziehungen eingehen. Das soziale Umfeld wechselt ständig und bietet dadurch keinen Halt. Die Möglichkeit, einen Raum, einen Platz zu finden, um sein Eigenes zu zeigen und zu leben, wird klein.

Mangelt es uns an Flexibilität, so werden wir starr und unbeweglich. Dieser Mangel an geistiger und körperlicher Beweglichkeit wird verursacht durch den Mangel an Vertrauen.

Auf körperlicher Ebene beginnen bei mangelnder Wandlungs-Kompetenz die Gelenke zu schmerzen, der Körper wird steif und unbeweglich.

Um diesen Teil zu stärken, lohnt es sich, sich an seine Sinne zu erinnern: achtsam zu schmecken, zu riechen, zu sehen, zu hören und zu tasten.

Gespiesen wird dieser Teil durch die Emotionale Intelligenz. Herz-Raum und Wandlung bedingen einander.