

KOMM IN DEINE SCHÖPFERKRAFT

BEFREIE DEIN WAHRES SELBST –
MANIFESTIERE DEINE EINZIGARTIGE MISSION



LEKTION | 4

BRUDER - COMMITMENT

Uns als Brüder aufeinander zu verlassen und uns gegenseitig in der Verantwortung zu halten ist eine absolut lohnenswerte Herausforderung und eine riesige Unterstützung, um die eigene Manifestation in die Tat umzusetzen.

Wir haben als Männer ein tiefes Bedürfnis, gemeinsam für eine Sache zu gehen.

Das bedeutet nicht, dass wir alle zusammen eine Vision manifestieren müssen, auch wenn jeder sein Eigenes erschafft, können wir einen gemeinsamen Geist kreieren, in welchem wir gemeinsam unsere persönlichen Ziele verfolgen und uns gegenseitig unterstützen.

Oft zeigen sich dabei mehr Gemeinsamkeiten, als gedacht.

Was uns von diesem aufeinander einlassen und gemeinsam vorwärts gehen abhält, ist unsere kollektive Bruderwunde.

DIE BRUDERWUNDE

Unsere Bruderwunde wurzelt in unserer Vaterwunde.

In den meisten Fällen haben wir Väter erlebt, die entweder physisch gar nicht- oder kaum präsent waren, Väter die emotional und energetisch nicht fühlbar oder präsent waren, Väter die nur dann wirklich fühlbar waren, wenn sie einen Wutausbruch bekamen, toxische Männlichkeit vorgelebt haben, uns bestraft haben oder Väter, die sich in ihrer Männlichkeit beschnitten haben und die sich in ihrer Familie hinter der Frau versteckt haben, anstatt selbst in die Führung und Verantwortung zu gehen.

Durch diese unterschiedlich schwachen Vorbilder haben wir nie gelernt eine kraftvolle, verlässliche Bruderschaft mit unseren Altersgenossen zu kultivieren.

In meiner eigenen Peergruppe war das „Dissen“, also das sich gegenseitig runtermachen, Freizeitbeschäftigung Nummer 1 und es war vielmehr ein, „ich reagiere meine traumatischen Erfahrungen an euch ab und wir verbinden uns über Drogenkonsum und unsere rechthaberischen Stimmen miteinander“, als eine kraftvolle, männliche Verbundenheit.

Aber selbst diese Art der Verbindung hat mich bis zu einem gewissen Punkt mit Gemeinschaftskraft genährt, bis ich festgestellt habe, dass diese Art des Zusammenseins absolut nicht mit meinen wahren Werten übereinstimmt und ich mich von meinem jugendlichen Freundeskreis abtrennen muss, wenn ich meinen wahren Weg finden will. Das ist meine persönliche Bruderwunde.

Mein eigentlicher Wunsch wäre damals ein anderer gewesen. Und zwar mit diesen anderen jungen Männern und Herzensbrüdern eine starke Gemeinschaft zu bilden, einen gemeinsamen Wertekanon herauszufinden, diesem zu folgen und wenn Herausforderungen auftauchen, füreinander einzustehen und eben auch uns gegenseitig zu konfrontieren, wenn wir dabei sind, vom Weg abzukommen und anfangen Scheiße zu bauen.

Doch dieses Commitment zur eigenen Wahrhaftigkeit gab es damals nicht, denn es gab ja auch keine echten Vorbilder dafür.

Das ist meiner Meinung nach der Grund, warum kraftvolles Mannsein in der Gesellschaft gleichgesetzt wurde mit: der einsame Cowboy sein, welcher nur auf sich selbst gestellt und leistungsorientiert seiner Mission folgt und seine Familie ernährt.

Doch das fühlt sich mittlerweile nicht mehr kraftvoll an, dieses Bild ist mittlerweile irgendwie ausgelutscht und miefte nach alten Kippen.

Jetzt ist die Zeit reif, dass wir unsere männliche Souveränität aufbauen UND bewusst unsere Brüder wählen und uns gegenseitig in der Verantwortung halten.

Dass wir lernen, uns in unserer Kraft, unserer Großartigkeit und unserer Schöpfermacht zu bestärken und uns darin üben, uns wahrhaftig den Spiegel vorzuhalten und den anderen darauf aufmerksam machen, falls dieser in eine Opferhaltung rutscht und wir in diesem Moment nicht mehr unser Vertrauen zu diesem Mann spüren können, weil er aus seiner Kraft herausgetreten ist.

So dass wir das große Selbst im anderen Mann direkt ansprechen und ihm zeigen, dass wir ihn in seiner Größe sehen wollen.

ÜBUNG 1 | DAS MITTEILEN EINES VORBEHALTS

Wenn wir sehen, dass ein Herzensbruder, an dem uns etwas liegt, damit anfängt, sich als Opfer zu definieren und alle Schuld auf andere schiebt.

Wenn er immer wieder Verhaltensweisen an den Tag legt, die dich sehr triggern und du anfängst, innerlich zu diesem Bruder Distanz aufzubauen oder ihn im Stillen abwertest, dann ist die Zeit reif, deinen Vorbehalt mit diesem Bruder mitzuteilen. Frag ihn erst um seine Zustimmung, ob er wirklich bereit ist, deinen Vorbehalt zu hören, mit der Frage:

ICH HABE EINEN VORBEHALT FÜR DICH, WILLST DU IHN HÖREN?

Falls ja, fährst du mit folgendem Stammsatz fort:

ICH SEHE DICH ALS DER TYP MANN, DER ...

Z.B.: Ich sehe dich als der Typ Mann, der immer in dem Moment, wo es drauf ankommt, sein Potential zurückhält.

Dann schließen wir das Mitteilen des Vorbehalts mit dem Satz:

GENAU WIE ICH.

Um zu verdeutlichen, dass wir genauso Anteil daran haben, wenn wir getriggert sind.

Jetzt ist es wichtig, dass sich derjenige, der den Vorbehalt empfangen hat nicht erklärt oder anfängt zu verteidigen.

Er kann den Teil des Vorbehalts, den er für sich als wahr erachtet, als Feedback zurückgeben, ohne den anderen anzugreifen.

ÜBUNG 2 | UNTERSTÜTZUNG UNTER BRÜDERN

Es ist eine wertvolle, männliche Qualität, dich zu einem Ziel zu commiten und diesen Weg zielstrebig voranzuschreiten.

Wichtig dabei ist, das dieses Ziel wirklich unseren Werten entspricht und das wir Raum für Herz, Gefühl und Intuition lassen.

Sonst kann es uns passieren, dass unsere Ziele reine Kopfgeburten sind und uns keinen Millimeter weiter zu uns und zu dem bringen, was uns wirklich wichtig ist oder dass wir auf dem Weg zu unserem Ziel ausbrennen, weil wir unsere höhere Anbindung verlieren. Wenn der Kopf zu sehr in die Führung geht, endet das immer darin, Kontrolle und Sicherheit für unser kleines Ich aufzubauen, da der Verstand von unseren unseren kleinen Anteilen beherrscht wird.

Deswegen ist es grundlegend wichtig, wenn wir manifestieren, dass wir uns eine klare Intention setzen und dann dahinein **vertrauen, dass uns das ganze Universum dabei unterstützen wird, unser Ziel zu erreichen**, wenn es das Richtige für uns ist.

Außerdem können wir uns als Brüder gegenseitig unterstützen. Ihr Könnt mit eurem Mitteilungspartner ein **Commitment-Team** bilden. Jeder entscheidet dabei selbst, in welchem Rahmen er sich commitet und wieviel Freiheit er wählt / inwieweit er sich entscheidet Rechenschaft abzulegen.

Ob, wie lange und in welcher Form ein Versäumnis Konsequenzen nach sich zieht (z.B. eine bestimmte Menge an Geld pro Auslassen des Commitments an eine vertrauenswürdige Organisation spenden) ist euch überlassen, werdet dabei selbst kreativ, was diese Konsequenzen angeht.

Selbstbestimmt zu entscheiden, ob du andere als Zeugen, Helfer, Mentoren und Motivatoren hinzuziehst, obliegt auch deiner eigenen Entscheidung, ich kann aus eigener Erfahrung sagen, dass es unsere Schöpferkraft um ein vielfach potenzieren kann, die Kraft der Gemeinschaft hinzuziehen und bin sicher, dass wir uns in unserer Gruppe alle gerne gegenseitig unterstützen wollen. Schreibt gerne in die Gruppe, wenn ihr glaubt, dass unsere gesammelte Weisheit und Expertise dir weiterhelfen kann.

LEKTION | 5

DEIN WERTEKANON

ÜBUNG 1 | DAS AUFSTELLEN DEINES WERTEKANONS

Was sind deine höchsten Werte?

Formuliere deine 5 persönlichen Grundwerte aus der unteren Liste oder Werte, die nicht auf der Liste aufgeführt sind.

Das sind 5 Werte die für dich persönlich für deine Schöpferkraft und das was du manifestieren willst, besonders wichtig sind. Diese Werte dürfen sich mit der Zeit auch verändern.

Streiche intuitiv die Werte an, welche in dir am meisten resonieren und wähle aus diesen 5 Werte aus, welche aktuell besonders wichtig in deinem Leben sind. Du kannst auch einen persönlichen Wert aus 2 Werten formulieren. Z.B.: „Integres Urteilsvermögen“.

A

Abenteurergeist
Achtsamkeit
Agilität
Aktualität
Akzeptanz
Altruismus
Andersartigkeit
Anerkennung
Anmut
Ansehen
Anstand
Ästhetik
Askese
Aufgeschlossenheit
Aufmerksamkeit
Aufrichtigkeit
Ausdauer
Ausdruckskraft
Ausgeglichenheit
Authentizität
Autorität

B

L

Lebensfreude
Leidenschaft
Leichtigkeit
Lernbereitschaft
Liebe
Liebenswürdigkeit
Losgelöstheit
Loyalität

M

Macht
Meisterschaft
Mitgefühl
Motivation

Mut

N

Nachhaltigkeit
Nächstenliebe
Natürlichkeit
Neutralität
Neugier
Normalität

Begeisterung
Beharrlichkeit
Beständigkeit
Bescheidenheit
Besonnenheit
Bewahrergeist
Bewunderung
Bewusstheit
Bewusstseinswachstum
C

Chuzpe
Cleverness
Courage
D

Dankbarkeit
Dazugehörigkeit
Demut
Desidentifikation
Diplomatie
Disziplin
Dominanz
Durchsetzungskraft
E

Effektivität
Effizienz
Ehre
Ehrlichkeit
Einfachheit
Einfallsreichtum
Einsicht
Einssein
Einzigartigkeit
Empathie
Energiebefreiung
Engagement
Entgrenzung
Entscheidungsfreude
Entdeckergeist
Entschiedenheit
Entschlossenheit
Entspanntheit
Erfindungsgeist

O
Offenheit
Optimismus
Ordnungssinn
P

Pflichtgefühl
Phantasie
Pioniergeist
Pragmatisch
Präsenz
Präzision
Professionalität
Pünktlichkeit
R

Realismus
Redlichkeit
Respekt
Risikobereitschaft
Romantik
Rücksichtnahme
Ruhe
S

Sanftmut
Sauberkeit
Schönheit
Schöpferkraft
Selbstbestimmtheit
Selbstdisziplin
Selbstbewusstsein
Selbstlosigkeit
Selbstvertrauen
Sensibilität
Seriosität
Sicherheit
Sinnhaftigkeit
Solidarität
Sorgfalt
Souveränität
Sparsamkeit
Spaß
Spielfreude

Erfolg
Erkenntnisgewinn
Extase
Exzellenz
F

Fairness
Feingefühl
Fitness
Fleiß
Flexibilität
Freiheit
Freude
Freundlichkeit
Freundschaft
Frieden
Fröhlichkeit
Fülle
Führerschaft
Fürsorglichkeit
G

Geduld
Gelassenheit
Gemütlichkeit
Gerechtigkeit
Gesundheit
Glaubwürdigkeit
Glückseligkeit
Gnade
Grenzenlosigkeit
Großartigkeit
Großzügigkeit
Güte
H

Harmonie
Herzlichkeit
Herzerwachen
Hilfsbereitschaft
Hingabe
Höflichkeit
Hütertum
Humor
I

Stärke
Standfestigkeit
Stille
Stoismus
Sympathie
Spiritualität
Spontanität
T

Tapferkeit
Tatkraft
Teamgeist
Teilen
Toleranz
Totalität
Transparenz
Transzendenz
Treue
Tüchtigkeit
Tugendhaftigkeit
U

Übersinnlichkeit
Überzeugungskraft
Unabhängigkeit
Unbeschwertheit
Unbesiegbarekeit
Unbestechlichkeit
Ungewissheit
Unschuld
Unsterblichkeit
Urkraft
Urteilsvermögen
V

Verantwortung
Verbindlichkeit
Verbundenheit
Vergebung
Verlässlichkeit
Verständnis
Vertrauen
Vielseitigkeit
Visionskraft
Vollkommenheit

Idealismus
Initiativkraft
Innovation
Inspiration
Intimität
Integrität
Intelligenz
Interesse
Intuition
K

Klarheit
Klugheit
Koheränz
Kompetenz
Konservatismus
Kontrolle
Kreativität

Vorstellungskraft
W

Wachsamkeit
Wahrhaftigkeit
Weisheit
Weitsicht
Wildheit
Willenskraft
Wissen
Wohlgefühl
Würde
Z

Zärtlichkeit
Zielstrebigkeit
Zuneigung
Zusammenhalt
Zuverlässigkeit
Zuversicht

ÜBUNG 2 | DAS FORMULIEREN DER SCHATTENQUALITÄTEN

Formuliere nun die Schattenqualitäten deiner Werte und stelle sie deinen persönlichen Werte gegenüber.

Die Schattenqualitäten sind jene Qualitäten, in welche du abrutschst, wenn du in die Opfermentalität verfällst und anstatt nach deinem Wert zu handeln, diese Schattenqualitäten auslebst.

Als Orientierungshilfe kannst du auch dein persönliches Profil der Gene Keys benutzen, hier werden anhand deines Geburtshoroskop deine persönlichen Werte und Schattenqualitäten berechnet. Überprüfe inkraft deiner Wahrhaftigkeit, ob die genannten Werte wirklich zu dir passen.

Hier kannst du dein hologenetisches Profil kostenlos berechnen lassen:

<https://genekeys.com/free-profile/?language=de>

WERT

Z.B. Zielstrebigkeit

SCHATTENQUALITÄT

Trägheit

Z.B.: Integres Urteilsvermögen

Verurteilung

Schreibe deine Werte und Schattenqualitäten gerne in unsere Telegram-Gruppe.

DEINE AUFGABEN FÜR DIE WOCHE

- lies das PDF aufmerksam durch.
- Mach deine Morgenroutine und Dynamisation regelmäßig.
- Übung 4 – 1: Wenn ihr wollt, bildet ein Commitment-Team.
- Übung 5 - 1: Erstelle deinen Wertekanon.
- Übung 5 - 2: Formuliere die dazugehörigen Schattenqualitäten.
- Mach 3 Videocalls zum Manifestations-Mitteilen mit deinem Partner aus dem letzten Zoomcall.
- Wenn Verständnisfragen auftauchen, stell sie gerne in die Telegram-Gruppe.

Ich wünsche dir viel Weisheit, Lebensfreude und eine wertvoll ausgerichtete Woche!