

Setze Dich für einen Moment auf einen Stuhl in die Mitte eines Raumes. Was sagt Dir Dein Empfinden (- nicht der Kopf).

WER HAT DIE MACHT IN DER HAND?

- Wer hat Sie wofür geliebt?
- Wer hat gestraft?
- Wer war ungeduldig?
- Wer war Ihr Vorbild?
- Wer hat Ihnen beigebracht, was ein Fehler ist?
- Wer hat Ihnen beigebracht, was es bedeutet, Fehler zu machen?
- Wer hat Ihnen erklärt, was an Ihnen fehlerhaft ist?
- Für wessen Interessen hat er gesprochen?
- Wer hatte viel zu wenig Zuwendung in den Augen, als Sie es gebraucht hätten?
- Wer hatte zu wenig Vertrauen in Sie, als Sie beginnen wollten, das Leben zu spielen?

„ICH“

das „Ich“ als das gefühlte Zentrum der Ursachen.

Wer hat Dich ermächtigt?

Ist Macht nicht auch Isolation?

„UR-WIR“

Welche Weltanschauungen oder Einstellungen und Werte von Dir und anderen erscheinen Dir ein unabdingliches und unausweichliches Gesetz? Welche wählst Du für Deinen Weg aus, welche sind für Dich ausgewählt worden.

Was ist das „Richtig“ und „Falsch“, wenn Du Deinen Tod für einen kurzen Moment anblickst, und ihn fragst, wie viel Restzeit Dir verbleibt?

**EIN-BILDUNG
VON MACHT**

„DU“

Das Zentrum der erahnten ursächlichen Bestimmungsmacht liegt in der Hand einer bestimmten Person, bzw. in der Hand mehrerer bestimmter Autoritätspersonen.

Wer hat Dir gesagt, dass diese über das Recht verfügen, zu bestimmen, zu urteilen und abzuweisen?

„WIR“

Eine erahnte oder bestimmte Gruppe (Kollegen, Nachbarn, Freunde, Verein, Familie) bestimmen anscheinend Deine Lebensbewegungen.

Dein Glück und Unglück liegt in deren Hand?

EMO-STEP ÜBERSETZUNGSHINWEIS:

Macht <e> Beteiligung
richtig/falsch <e> angemessen
Macht = Isolation <e> Beteiligung
Macht über <e> Macht für/ mit
Gefahr <e> unangenehm