

# Sweet Inspiration

Der Contextuelle Coaching Newsletter

## #3 Wer in der Wüste Eiskrem manifestiert, bekommt nur klebrige Hände

Wie in jedem Beruf gibt es auch im Coaching immer neue Strömungen. Der neuste Trend ist zu **affirmieren** und **manifestieren**. Affirmation ist vereinfacht ausgedrückt die positive Bewertung und Verstärkung einer Handlung oder Tatsache. Manifestation ist das existentielle Erscheinen von Dingen kraft unserer Vorstellung. Dr. Joe Dispenza konnte diese These durchaus experimentell belegen, was die Zweifler nicht davon abhält sie anzuzweifeln. So manifestieren sie halt das Ergebnis von Zweifeln.

Hast Du auch die Erfahrung gemacht, dass es manchmal funktioniert zu manifestieren und manchmal auch nicht. **Warum ist das so?**

Zwei **Beispiele**:

**Susanne** ist 42 und seit drei Jahren Single. Nun hat sie genug vom Alleinsein und ist bereit alles zu tun, um ihren verbindlichen Lebenspartner zu finden. Sie hat etliche Erfahrungen mit Männern gemacht und ist für jede dankbar, selbst für die weniger schönen und ist versöhnt mit sich und den Männern. Sie holt sich aus dem Internet Tipps und belegt Kurse, um den passenden Mann zu ‚manifestieren‘. Sie befolgt alle Regeln, meditiert viel und ist zuversichtlich. Sie geht viel aus und auch auf der Arbeit lernt sie einige Männer kennen. Eines Tages funkt es! Sie trifft Peter und sie scheinen sofort auf einer Wellenlänge. Natürlich gibt es auch einige Hindernisse zu meistern, aber beide sind dazu bereit, weil sie dieselbe Absicht haben. Schon bald führen sie eine glückliche Beziehung.

**Constanze** ist auch 42 und seit vier Jahren Single. Sie hatte immer mal wieder kürzere Beziehungen als auch Affären. Auch sie hat genug davon und beschließt es sei es Zeit für was Richtiges. Sie hat viele Erfahrungen mit Männern gemacht und ist es leid, immer wieder auf Idioten oder Egoisten zu treffen. Nun will sie einen Mann, der sie wirklich gut behandelt. Einen der ihre Liebe auch wirklich verdient hat. Auch sie manifestiert, affirmiert, meditiert und visioniert täglich. Sie ist zuversichtlich. Überall in der Wohnung hängen Affirmationen von ihrem perfekten Mann auf, so auch eine Liste mit allen Eigenschaften, die er mitbringen soll. Viele Männer trifft sie nicht. Auf einer Geschäftsreise bittet ein Mann sie um ein Date, doch auch er entspricht nicht so ganz dem Bild, das sie von ihrem manifestierten Mann hat. Es wird nichts draus. Die Zeit vergeht und sie bleibt Single. Irgendwann hört sie frustriert auf zu manifestieren. Funktioniert ja eh nicht, da sie nicht mehr daran glaubt.

### **Was ist der Unterschied?**

Beide haben "richtig" manifestiert und affirmiert. Bei Susanne war die Affirmation und Manifestation der letzte Schlüssel, der ihr noch gefehlt hat, um sich neu auszurichten. Doch bei Constanze wirkt noch ein dysfunktionaler **mindset**

voller unversöhnlicher Gedanken, Vorwürfe und Vorbehalte dem MannSein gegenüber und zudem ein **emotionset** voller alter Verletzungen, Trauer und Wut. Auf Männer, sich, das Leben. Diese sind ihr wahrscheinlich nicht bewusst, aber sie sind stärker als ihre Affirmationen. Sie will wohl eine Beziehung wollen, aber nicht wirklich haben. Sie zu wollen ist sicher, sie zu haben in ihrem Bewusstsein gefährlich. Verletzungen und Enttäuschen drohen.

Oder aber etwas anderes ist ihr einfach wichtiger als ein verbindliche Beziehung, wie zum Beispiel ihre Unabhängigkeit, Karriere, Freundinnen etc. Ihre Bereitschaft für eine Beziehung Kompromisse einzugehen oder etwas aufzugeben, scheint ihr nicht lukrativ genug.

Oder aber sie hält sich eigentlich für nicht liebenswert genug, was sie glaubt, sich durch viele Enttäuschungen mehrfach bewiesen zu haben. Nun fürchtet sie eine weitere Bestätigung dieser emotionalen Lüge.

### **Wann haben Affirmation und Manifestation Erfolg?**

Wenn es Dir gelingt, Speiseeis in der Wüste zu manifestieren, wirst Du nicht lange Freude daran haben. Es schmilzt Dir in den Händen weg und übrig bleiben klebrige Hände. Wenn das, was Du positiv manifestierst in Dein negatives Bewusstsein fällt, bekommst Du es nicht oder kannst es nicht lange halten, weil Dein Verstand sich über seine Überzeugungen nicht ins Unrecht setzen lassen will. Er wehrt alles ab, was seine Überzeugungen konterkariert, und sei es eine erfüllte Partnerschaft. So verhindert ein negativer Context über Partnerschaft/Ehe, Potenz und MannSein/Männer oder weibliche Macht/FrauSein eine erfüllte Partnerschaft mit dem anderen Geschlecht, egal wie sehr man sich danach sehnt. Das Verstandesbewußtsein läßt sich mit Affirmationen und Manifestationen nicht austricksen oder überlisten. Positive Absichten wirken erst, wenn die grundlegenden negative Contexte anerkannt und gelöscht sind. Da fängt die spannende Aufgabe und Arbeit des Contextuellen Coaches an: Recht haben Wollen oder Erfüllt Sein?

Als Contextueller Coach (CC) machst Du dem Coachee seine verdeckten Überzeugungen durch gezieltes Fragen bewusst und bietest ihr/ihm die Möglichkeit, diese im Kern auf allen drei Ebenen aufzulösen. Dieser Kern kann durch positive Manifestation nicht aufgelöst werden. Somit sind nicht manifestierte Ergebnisse für Dich als Contextueller Coach ein dankbarer Ansatzpunkt, um aufzudecken, welche Überzeugungen dem Coachee noch im Weg stehen. Du kannst einen nachhaltigen Wandel im Bewusstsein bewirken, indem Du eine Transformation auf allen drei Ebenen ermöglichst: **Denken, Fühlen und Handeln.**

Wenn Du Fragen oder Erkenntnisse dazu hast, stelle sie gern auf [Facebook](#) oder [Instagram](#)! Wir freuen uns immer von Dir zu lesen!

Wir freuen uns immer von Dir zu lesen!

### **Transformation now!**

Die Contextuellen Experten



Mehr zur Online Coaching Gruppe [hier](#).



**Anna Craemer GmbH | Wilmersdorfer Str.122 | 10627 Berlin**

Du hast diese E-Mail erhalten, weil Du Dich bei Anna Craemer angemeldet hast.

© 2020 Anna Craemer GmbH

[Impressum](#) | [Datenschutz](#)

[Unsubscribe here](#)

Gesendet von

 **sendinblue**