

Einführung in die Archetypen der Seele

nach Varda Hasselmann & Frank Schmolke

Einführung	2
Die Seelenmatrix - das 7x7 System	4
Die sieben Grundenergien in Adjektiven	6
Die sieben Seelen-Rollen	7
Die sieben Stimmen der Angst	10
Die 7 Entwicklungsziele	12
Der Modus	13
Die Mentalität	14
Wahrnehmungsebenen S I B A M & Reaktionsmuster	15
Die 7 Elemente des Reaktionsmusters	17
Grundsätzliches zum Reaktionsmuster	18
Seelenwelten (Familie, Aufgabe, Weg)	19
7 Ebenen der Wahrnehmung	20

Quellenangaben:

Dieses Skript orientiert sich vorwiegend an Textauszügen aus den Büchern von Varda Hasselmann und Frank Schmolke und aus der Webseite www.seelenakademie.de

Einführung

Die ewige Suche nach Mustern: Archetypenlehren durch die Geschichte

Menschen haben zu allen Zeiten versucht, die Vielfalt menschlicher Charaktere und Lebenswege in überschaubare Muster zu ordnen. Das Bedürfnis dahinter ist zutiefst menschlich: Wir sehnen uns nach Orientierung in der Komplexität, nach dem Gefühl, zu verstehen – uns selbst und die anderen.

So entstanden über Jahrhunderte hinweg unterschiedlichste Archetypenlehren. Platon beschrieb die unsterbliche Seele als Träger unveränderlicher Urformen. C. G. Jung entwickelte seine Theorie der kollektiven Unbewussten mit universellen Urbildern wie dem Schatten, der Anima oder dem Selbst. Joseph Campbell erkannte im Monomythos des „Heldenweges“ eine Struktur, die sich durch alle Kulturen und Zeiten zieht. Goethe suchte in der Urpflanze nach dem morphologischen Urbild alles Lebendigen. In jüngerer Zeit prägten Caroline Myss mit ihren spirituellen Archetypen und das Human-Design-System mit seinen energetischen Typologien neue Zugänge.

Was all diese Systeme verbindet, ist die gleiche Grundfrage: Gibt es unter der unendlichen Verschiedenheit der Menschen so etwas wie gemeinsame Muster – und wenn ja, welche?

Warum brauchen wir diese Systeme?

Archetypenlehren entstehen nicht im luftleeren Raum. Sie antworten auf konkrete menschliche Grundbedürfnisse. Zunächst ist da der Wunsch nach Orientierung: In einer Welt, die sich immer komplexer anfühlt, bieten Typisierungen Halt. Sie ermöglichen es, das scheinbar Unüberschaubare zu strukturieren und handhabbar zu machen.

Eng damit verbunden ist das Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Verständnis: Zu erkennen, dass das eigene Erleben einem größeren Muster entspricht – dass andere Menschen ähnliche Erfahrungen machen –, kann tief heilsam sein. „Ich bin nicht allein mit dem, was ich bin.“

Und schließlich die vielleicht tiefste Kraft: Sinnstiftung. Archetypenlehren liefern Antworten auf die Fragen, die wirklich bewegen – Wer bin ich? Warum reagiere ich so, wie ich reagiere? Wohin führt mich mein Weg? Was ist meine Aufgabe? Wie wirke ich am authentischsten? Wie entfalte ich mein So-Sein?

Die Archetypen der Seele: Ein Modell jenseits der Persönlichkeit

Vor diesem Hintergrund ist die Archetypenlehre nach Varda Hasselmann und Frank Schmolke mehr als ein weiteres Persönlichkeitssystem. Sie ist ein umfassendes spirituelles Modell, das nicht nur die Oberfläche menschlichen Verhaltens beschreibt, sondern den Entwicklungsweg einer Seele in seiner ganzen Tiefe zu erfassen versucht.

Das System basiert auf medial empfangenen Informationen – übermittelt durch eine sogenannte „Quelle“ – und beschreibt, dass jeder Mensch eine individuelle Seelenmatrix besitzt: eine einzigartige Konfiguration aus verschiedenen energetischen Bausteinen, den sieben Grundenergien, die sich auf vier verschiedenen Ebenen darstellen lassen:

Ebene	♂	♀
Expressionsebene	5	2
Inspirationsebene	6	1
Aktionsebene	7	3
Assimilationsebene	4	



Anders als rein psychologische Modelle beschränkt sich diese Lehre nicht auf das Beobachtbare. Sie umfasst sowohl die psychologische Ebene – wie ein Mensch denkt, fühlt und handelt – als auch tiefere, häufig unbewusste seelische Anteile: die inneren Antreiber, die Ängste, die Wachstumsrichtungen, die einer Seele in dieser Verkörperung / Inkarnation mitgegeben sind.

Es geht nicht darum, Menschen in Schubladen einzuteilen. Es geht darum, das individuelle Muster einer Seele sichtbar zu machen – und damit einen Raum zu öffnen, in dem Selbstkenntnis, Mitgefühl und Entwicklung möglich werden.

Ein Spiegel für die Praxis: Die Seelenlehre als Begleitung im Qigong

Für Menschen, die Qigong nicht nur üben, sondern auch unterrichten, trägt die Seelenlehre nach Hasselmann eine besondere Qualität in sich – die Qualität eines tiefgreifenden Reflexionsspiegels.

Qigong ist weit mehr als eine körperliche Übung. Die Qigong-Praxis umfasst alle Bereiche des Seins: den Körper, den Geist und den Energiekörper, der beides miteinander verbindet. Doch wer länger übt, weiß: Die Bewegungen offenbaren mehr als nur Ausdauer oder Körperbewusstsein. Sie zeigen, wie jemand mit Stille umgeht, mit Kontrollverlust, mit dem eigenen inneren Tempo. Was im Alltag verborgen bleibt, wird in der Langsamkeit des Qigong sichtbar. Hier kann die Kenntnis der eigenen Seelenmatrix zu einem wertvollen inneren Kompass werden. Wer etwa weiß, dass Ungeduld zu seinen zentralen seelischen Themen gehört, wird im Üben immer wieder eingeladen, genau dort innezuhalten und zu wachsen. Die Grundenergien des Seelensystems beschreiben Struktur und Entwicklung der menschlichen Seele im Körper-Geist Komplex Mensch.

Qigong kultiviert Qi – Lebensenergie. Die Seelenlehre beschreibt die energetischen Grundmuster einer Seele. Beide Systeme sprechen letztlich dieselbe Sprache: die Sprache innerer Kräfte, die sich in der gelebten Erfahrung zeigen. Die Praxis zeigt klar auf, dass das menschliche Erleben der gleichen Qigong Übungen genauso unterschiedlich ausfallen kann, wie die Seelenmatrix.

Im Unterrichtsgeschehen eröffnet das Seelensystem eine weitere, besonders wertvolle Dimension. Als Kursleiter:in begegnet man Menschen in ihrer ganzen Verschiedenheit: dem Teilnehmenden, der immer wieder an Perfektion festhält; der Person, die sich kaum traut, den eigenen Körper zu spüren; demjenigen, der alles sofort intellektuell einordnen möchte, bevor er sich auf die Bewegung einlässt. Wer die Grundmuster menschlicher Seelenenergie kennt, entwickelt ein feineres Gespür für diese Verschiedenheit als individuellen Ausdruck. Man beginnt, weniger zu bewerten und mehr zu verstehen.

Das schützt auch die eigene Mitte: Wenn eine Gruppe nicht so reagiert, wie man es erwartet hätte, wenn ein Unterricht „nicht funktioniert“ oder einzelne Teilnehmende besonders viel Energie fordern – dann kann das Wissen um Seelenstrukturen helfen, nicht in Selbstkritik zu fallen, sondern die Situation klarer zu lesen. Die Seelenlehre lehrt vor allem eines: Mitgefühl mit uns selbst und mit dem, der der andere gerade ist. Diese innere Grundhaltung erhebt uns über moralische Bewertungen hinaus. Es gibt kein „besser“ oder „schlechter“, es schafft den Raum für eine wahrhaftige Herz-zu-Herz Beziehung zwischen Lehrer:in und Schüler:in.



Die Seelenmatrix - das 7x7 System ¹

Das Herzstück der Lehre ist ein System aus sieben Grundenergien, die sich in sieben verschiedenen Kategorien manifestieren. Jeder Mensch besitzt für jede dieser Kategorien genau einen festen Wert, in manchen (Ängste, Reaktionsmuster) sogar zwei:

Seelenrolle: Die Essenz unseres Wesens (Heiler, Künstler, Krieger, Gelehrter, Weiser, Priester, König). Die sieben universalen Energien machen gleichsam die dominante Seelenschwingung, genannt Seelenrolle aus. Die Seelenrolle ist feststehend. Sie wird in jeder Inkarnation beibehalten, da sie Bestandteil der energetischen Formation einer Seelenfamilie ist. Die wiederum muss gleichbleibend sein, weil sie die weltliche Forschungsaufgabe einer Seelenfamilie prägt und nur durch diese spezifische Energiekombination ihrer Seelen erfüllt werden kann.

Angstmerkmale: Anders als die psychischen Ängste, die sich auf konkrete Reiz-Reaktionsmuster beziehen, sind die seelisch angelegten Ängste so etwas wie generalisierte Existenzängste, die Teil unserer Persönlichkeit und damit unveränderbar sind. Jeder Menschen wählt ein Haupt- und ein Nebenmerkmal aus den sieben Urängsten, etwa im Kräfteverhältnis 70:30: Selbstverleugnung, Selbstsabotage, Märtyrertum, Starrsinn, Gier, Hochmut, Ungeduld

Entwicklungsziel: Das Entwicklungsziel bezeichnet, was eine Seele in einem bestimmten Leben auf Dauer besonders erkunden will, welchem Thema sie sich insbesondere in dieser Inkarnation widmet: Verzögern, Ablehnen, Unterordnen, Stillstehen, Akzeptieren, Beschleunigen, Herrschen.

Modus: Die Art und Weise, wie wir handeln. Der Modus beschreibt, auf welche Art und Weise das Entwicklungsziel am leichtesten gelebt und erkundet wird. So ist es verständlich, dass es einen großen Unterschied macht, ob beispielsweise das Ziel Ablehnen mit Zurückhaltung oder mit Leidenschaftlichkeit gelebt wird. Die Modi im Einzelnen lauten: Zurückhaltung, Vorsicht, Ausdauer, Beobachtung, Macht, Leidenschaftlichkeit und Aggressivität.

Mentalität: Die Mentalität beschreibt die Sicht auf die Welt, alle sieben Perspektiven ergeben zusammen ein Ganzes – doch jeder von uns erkennt nur einen Blickwinkel auf die Welt. Die unterschiedlichen Mentalitäten sorgen für die intensivsten Streitpunkte. Denn jede glaubt, sie wüsste doch, wie die Welt ist. Die 7 Mentalitäten lauten: Stoiker - Skeptiker - Zyniker - Pragmatiker - Idealist - Spiritualist - Realist.

Reaktionsmuster: Das Reaktionsmuster mit den Faktoren *Reaktionszentrum* und *Reaktionsorientierung* beschreibt, wie wir auf die Welt reagieren und mit welchen Chakras ein Körper mit den Energien der Welt verbunden ist (und die wiederum mit bestimmten Drüsen). Im Reaktionszentrum wird die Energie empfangen, die Orientierung verarbeitet sie. Eine Besonderheit: Nur fünf der sieben Möglichkeiten können Teil einer Matrix sein. Das spirituelle und das ekstatische Zentrum sind allen Menschen zugänglich. Die 7 Zentren lauten: Emotional - Intellektuell - Sexuell - Instinktiv - Spirituell - Ekstatisch - Motorisch.

Seelenalter: Das Seelenalter ist das Ergebnis eines Jahrtausende dauernden Erkenntnisprozesses. Es ist zu erwarten, dass eine Säugling-, Kind- oder Junge Seele sich mit ihrer eigenen seelischen Struktur, ihrer Entscheidungsfreiheit und Verantwortlichkeit weder auseinandersetzen mag noch kann. Deshalb ist es wahrscheinlich, dass die allermeisten Leser, die Interesse für diese Lehre von der seelischen Entfaltung zeigen, sich bereits in den Zyklen der Reifen und Alten Seele befinden. Es ist keine spirituelle Schande, eine Junge Seele zu sein. Es ist kein Verdienst, eine Alte Seele in sich zu beherbergen. Das Seelenalter besteht aus fünf Zyklen: Säugling-, Kind-, Junge-, Reife- und Alte Seelen-Zyklus.

¹ www.seelenakademie.de und „Archetypen der Seele“, V. Hasselmann u. F. Schmolke, S. 22ff

VII Seelenalter	Säuglingsseele	Kindseele	junge Seele	reife Seele	alte Seele	transpersonale Seele	transliminale Seele
VI Zentrum	emotional Herzchakra Thymus	intellektuell Kehlkopfchakra Schilddrüse	sexuell Sakralchakra Keimdrüsen	instinktiv Wurzelchakra Nebennieren	spirituell Drittes Auge Hypophyse	ekstatisch Kronenchakra Zirbeldrüse	motorisch Solarplexus Bauchspeicheldrüse
V Mentalität	Stoiker - resigniert + gelassen	Skeptiker - mißtrauisch + nachforschend	Zyniker - herablassend + kritikfähig	Pragmatiker - stur + praktisch	Idealist - abgehoben + verschmelzend	Spiritualist - leichtgläubig + überprüfend	Realist - mutmaßend + wahrnehmend
IV Modus	Zurückhaltung - Hemmung + Zügelung	Vorsicht - Überängstlichkeit + Bedächtigkeit	Ausdauer - Unverrückbarkeit + Beharrlichkeit	Beobachtung - Überwachung + Klarsicht	Macht - Bevormundung + Autorität	Leidenschaft - Fanatismus + Charisma	Aggressivität - Streitsucht + Dynamik
III Ziel	Verzögern - Rückzug + Rückschau	Ablehnen - Vorurteil + Urteilskraft	Unterordnen - Unterwerfung + Hingabe	Stillstehen - Erstarrung + Innehalten	Akzeptieren - Liebedienerei + Güte	Beschleunigen - Verwirrtheit + Einsicht	Herrschen - Diktatur + Führung
II Uragst	Selbstverleugnung Angst nicht zu genügen - unterwürfig + bescheiden • Das Mauerblümchen • Die gute Seele • Das fließige Lieschen	Selbstsabotage Angst vor Lebendigkeit - selbstzerstörend + aufopfernd • Der Spielverderber • Der Griesgram • Der Trauerkl	Märtyrertum Angst vor Wertlosigkeit - selbstbestrafend + selbstlos • Der Sündenbock • Das Sonnenscheinchen • Tapferes Schneiderlein	Starrsinn Angst vor Veränderung - verbissen + entschlossen • Der Autonome • Der Sturkopf • Der Überlebenskünstler	Gier Angst vor Mangel - unersättlich + selbstzufrieden • Der Vielfraß • Der Geizhals • Der Habehinchts	Hochmut Angst v. Verletztwerden - selbstgefällig + stolz • Der Hochmiese • Der Racheengel • Das Sensibelenchen	Ungeduld Angst vor Versäumnis - unduldsam + waghalsig • Der Zappelphilipp • Der Rennfahrer • Der Scheintote
I Seelenrolle	Heiler - servil + hilfreich • Der arme Schlucker • Das Veilchen im Moose • Der Verweigerer • Der anspruchslose • Der Friedensengel	Künstler - gekünstelt + einfallsreich • Der Gelangweilte • Der Affektierte • Der Unstete • Der Freudlose • Der Unverwirklichte	Krieger - überwältigend + überzeugend • Der Held • Der Kampfesmüde • Der Drachentöter • Der Einzelkämpfer • Der Rasstlose	Gelehrter - theoretisierend + wissend • Der Tausendsassa • Der Theoretiker • Der Federstecher • Der Chaot • Der Eidenbrötler	Weiser - redelig + ausdrucksvoll • Quasselrippe / Wortkarge • Der Unmätige • Der Humorlose • Der Missionar • Der Schüchterne	Priester - übereifrig + barmherzig • Der Unvollkommene • Der Heimatlose • Der Vertrauensselige • Der Missionar • Der Weltensager	König - selbstherrlich + hoheitsvoll • Der Alleinherrscher • Der Hauptmann • Der Exilregent • Der Beteilaron • Der Thronwärter
Weg	Berührung - Symbiose + Innigkeit = Ergriffenheit	Wissen - Wissensgier + Gewissheit = Erkenntnis	Kraft - Kraftmeierei + Potenz = Erleichterung	Form - Pedanterie + Angemessenheit = Erwachen	Sehnsucht - Sorge + Geborgenheit = Erfüllung	Stille - Sprachlosigkeit + Schweigen = Erlösung	Suche - Unrast + Anstrib = Erstrahlen
Energie Prinzip	1 Dienen	2 Gestalten	3 Kämpfen	4 Lernen / Lehren	5 Mitteln	6 Trösten	7 Führen
Ebene	Inspiration	Expression	Aktion	Assimilation	Expression	Inspiration	Aktion



Die sieben Grundenergien in Adjektiven

Energie 1 (Seelenrolle Heiler)

Prinzip Unterstützen

Eine Harmonie anstrebende und harmonisierende Energie, die emotional, weich und unterstützend, dem großen Ganzen dienend wirkt.

...weich, behütend, zärtlich, harmonisch, einend, emotional, stumm, umfassend, unterstützend, langsam, einfach, innig, rührend, bescheiden, zurückhaltend, gelassen, heilend, nährend, aufnehmend...

Energie 2 (Seelenrolle Künstler)

Prinzip Gestalten

Eine polare und polarisierende Energie, mental, spritzig und originell.

...freudvoll, witzig, lebendig, verspielt, sprunghaft, phantasie reich, bildhaft, abgrenzend, kunstvoll, gegenüberstellend, mental, nachdenklich, gestaltend, ästhetisch, anregend, originell...

Energie 3 (Seelenrolle Krieger)

Prinzip Kämpfen

Eine kraftvolle und kämpferische Energie, zielgerichtet und ausdauernd.

...kraftvoll, belebend, bewirkend, verteidigend, schützend, überzeugend, einordnend, mutig, ausdauernd, beharrlich, kämpferisch, schöpferisch, hingebungsvoll, Lust betont, handelnd, Ziel gerichtet...

Energie 4 (Seelenrolle Gelehrter)

Prinzip Lernen / Lehren

Eine ordnende und geordnete Energie, beobachtend, ausgleichend und wissend.

...lehrreich, gründlich, achtsam, instinktsicher, wissend, entschlossen, klar, gerecht, neutral, distanziert, funktional, beobachtend, Form gebend, praktisch, bewahrend, ordnend, ausgleichend, innehaltend...

Energie 5 (Seelenrolle Weiser)

Prinzip Mitteilen

Eine kommunikative, verbindende Energie, die mit viel Humor, Großzügigkeit und Güte ausgestattet ist.

...verbindend, ausdrucksvoll, kommunikativ, zufrieden, gütig, idealistisch, orientierend, gesellig, mitteilend, kollektiv, autoritativ, machtvoll, weise, gemütlich, üppig, großzügig...

Energie 6 (Seelenrolle Priester)

Prinzip Trösten

Eine zwischen Himmel und Erde vermittelnde Energie, sensitiv und tröstlich.

...inspiriert, entgrenzend, begeisternd, vertrauensvoll, still, ernst, einfühlsam, barmherzig, empfindlich, verletzlich, charismatisch, sensitiv, leidenschaftlich, tröstlich, ergreifend...

Energie 7 (Seelenrolle König)

Prinzip Führen

Eine würdevolle, souveräne und beherrschende Energie, verantwortungsbewusst und dynamisch.

...würdevoll, mutig, souverän, geduldig, wahrnehmend, unermüdlich, dynamisch, Raum füllend, strukturierend, integrierend, verantwortlich, bewegend, strahlend...

Die sieben Seelen-Rollen

HEILER Prinzip Unterstützen ⊖ servil ⊕ dienend	KÜNSTLER Prinzip Gestalten ⊖ gekünstelt ⊕ einfallsreich	KRIEGER Prinzip Kämpfen ⊖ überwältigend ⊕ überzeugend	GELEHRTER Prinzip Lernen/Lehren ⊖ theoretisierend ⊕ wissend	WEISER Prinzip Mitteilen ⊖ redselig ⊕ ausdrucksvoll	PRIESTER Prinzip Trösten ⊖ übereifrig ⊕ barmherzig	KÖNIG Prinzip Führen ⊖ selbstherrlich ⊕ hoheitsvoll
--	---	---	---	---	--	---

Heiler:in - Energie 1 | Prinzip: Unterstützen | + dienend / - servil

Die Heiler-Energie gehört zur Yin-Seite der Inspirationsebene. Sie ist emotional, gefühlig und eher langsam (denn Fühlen ist unser langsamster Sinn, Gefühle dauern eben). Heiler:innen erfüllen sich im Unterstützen. Sie lieben es, dienlich zu sein und stehen ungerne im Mittelpunkt. Heiler:innen sind Menschen, deren Fähigkeit darin besteht, sich in ihre Mitmenschen besonders gut einfühlen zu können. Im Sinne der Polarität haben sie jedoch oft ein Problem damit, sich selbst zu fühlen.

In der Regel sind sie eher zurückhaltend und nach innen gewandt. Aber ein:e Heiler:in in ihrer Kraft weiß um ihre Kompetenzen und ihre Bedeutung für das große Ganze. Heiler:innen sind für das Funktionieren von Gesellschaft und Gemeinschaft besonders wichtig, deswegen bilden sie prozentual die größte Gruppe.

Da die Angst vor Unzulänglichkeit die angstvoll verzerrte Heiler:innen-Energie repräsentiert, kann man sie leicht mit der Seelenrolle des Heilers verwechseln. Mit zunehmendem Seelenalter baut sich die angstvolle Zurückhaltung ab. Ein:e Heiler:in in ihrer Liebe stellt Harmonie, Wärme, Geborgenheit zur Verfügung. Innige religiöse Bilder von Maria mit dem Jesuskind zeigen sehr anschaulich die Energie 1. Auch im zweiten Satz der Kleinen Nachtmusik von Mozart ist diese Energie besonders gut nachzufühlen.

Eine Farbe, die der Energie der Heilerin entspricht, ist Himmelblau. Ihre Energie ist dem Herzchakra zugeordnet, die dazugehörige Drüse ist die Thymusdrüse.

Künstler:in - Energie 2 | Prinzip: Gestalten | + einfallsreich / - gekünstelt

Die Künstlerenergie ist eine mentale Schwingung und expressiv. In aller Regel sind Künstlerseelen intellektuell orientierte Menschen, deren Stärke darin besteht, sich immer wieder etwas einfallen zu lassen und die Wirklichkeit zu gestalten. Sie wollen mit dem Leben spielen und das Neue in die Welt bringen. Sie repräsentieren die Yin-Energie auf der Expressionsebene.

Eine Künstler-Seele hat die Fähigkeit, sich grundlos freuen zu können. Sie ist ein Original und repräsentiert das kosmische Kind - verspielt, fröhlich, unbekümmert. Im Sinne der Polarität kann sie jedoch in ihrer Angst auch ein freudloser, gekünstelter, mühsam stilisierter Mensch sein, der Überflüssiges erfindet und über dessen Albernheiten niemand lacht.

Ist sie in ihrer Balance, wirkt sie ein bisschen wie ein Hofnarr. Der ist klug, er darf tun und sagen, was anderen verboten ist. Durch eine witzige, skurrile Einkleidung entschärft er die bittersten Wahrheiten und macht sie dem Herrscher akzeptabel. Wenn eine Künstlerin ihre besondere Form der unbekümmerten Kindlichkeit lebt, kann sie äußerst belebend und erleichternd auf ihre Umwelt wirken. Sie ist eine Zauberin, die mit Energie spielt und sie mit Leichtigkeit zu drehen, wenden und verwandeln vermag.

Als Bild kann der Narr aus dem Rider-Waite-Tarot dienen. Auch in Mozarts Vogelfänger-Arie aus der Zauberflöte wird diese Energie spürbar. Einige Lieder von Bobby McFerrin wie die Kalimba Suite zählen dazu.

Eine Farbe, die der Energie der Künstlerin entspricht, ist Zitronenfaltergelb. Ihre Energie ist dem Kehlkchakra zugeordnet, die dazugehörige Drüse ist die Schilddrüse.



Krieger:in - Energie 3 | Prinzip: Kämpfen | + überzeugend / - überwältigend

Die besondere Fähigkeit der Krieger ist es, ihre Energie so zu bündeln, dass sie sich durchsetzen können. Als Yin-Energie auf der Aktionsebene hat die Krieger-Seele den Impuls zu kämpfen; sie braucht aber ein sinnvolles Ziel. Wenn sie sich engagiert, entwickelt sie große Überzeugungskraft. Sie kann viel Schmerz ertragen und nimmt für die Durchsetzung ihres Willens auch Leid in Kauf.

Ist sie ausgeglichen, kämpft sie für sich und die Gemeinschaft. In ihrer Angst wirkt ihre Kraft zerstörerisch - sei es, dass sie andere überwältigt oder, um dies zu vermeiden, sich selbst bekämpft. Das Idealbild der Kriegerin ist der Ritter der Tafelrunde, der Bedrohte, Prinzessinnen, Witwen und Waisen schützt und das Land von bedrohlichen Ungeheuern befreit.

Mut, Disziplin und Treue sind ihr hohe Werte. Sie ist ausdauernd und bereit, sich selbstlos für die Gemeinschaft zu opfern. Verrat verzeiht sie nur schwer. Sie setzt auf Sieg und scheut die Niederlage. Das bekannte Gemälde von Delacroix, Die Freiheit führt das Volk an, bildet diese Energie gut ab, ebenso wie die Arie Auf in den Kampf, Torero aus Bizets Oper Carmen oder Trommelmusik wie die von Brent Lewis.

Eine Farbe, die der Energie der Kriegerin entspricht, ist Blutrot. Ihre Energie ist dem Nabelchakra zugeordnet, die dazugehörige Drüse sind die Keimdrüsen.

Gelehrte:r - Energie 4 | Prinzip: Lehren / Lernen | + wissend / - theoretisierend

Die besondere Fähigkeit des Gelehrten ist es, neutral und beobachtend Daten zu sammeln. Dann zieht er sich zurück, analysiert, sortiert, geht in die Tiefe, um dann seine Einsichten fruchtbringend weiterzugeben. Seine Energie gehört zur neutralen Assimilationsebene, sie vereint also alle 7 Energien in sich und wandelt sie, wie ein Prisma, in „weißes Licht“.

Der Gelehrte hat eine besondere Freude an der Form von Dingen, er liebt Struktur und Strukturen, Ordnungen und das Praktische. Er blickt zurück in die Vergangenheit und schöpft aus ihr. Daher kann es in seiner Angst auch passieren, dass er erstarrt und stark am Gewohnten festhalten will. Er versucht dann, Kontrolle auszuüben und dafür zu sorgen, dass alles bleibt, wie es ist. Selbst das Unangenehme.

Bilder von Kandinsky oder die Musik von Bach oder auch die Gymnopedie 1 von Eric Satie repräsentieren die Gelehrtenenergie gut.

Die Farbe, die dem Gelehrten entspricht, ist grasgrün. Seine Energie ist dem Wurzelchakra zugeordnet, die dazugehörigen Drüse sind die Nebennieren

Weise:r - Energie 5 | Prinzip: Kommunizieren, verbinden | + ausdrucksvoll / - redselig

Der Weise liebt die Fülle. Wenn er im Mittelpunkt steht und als Autorität machtvoll tiefe Wahrheiten verbreitet, ist er besonders in seinem Element. Gerne wird er sie in humorvolle Anekdoten kleiden und so dafür sorgen, dass sein Publikum sie unterhaltsam und auf leichte Art aufnimmt. Er ist jovial und kann gut Fünfe gerade sein lassen.

In seiner Angst, also nicht in Kontakt mit sich, dem Thema und seinem Gegenüber versucht er, durch immer mehr Kommunikation wieder in Verbindung zu kommen und wird redselig – natürlich vergebens! In seiner angstvollen Gier nach Mehr schreckt er dann eher ab. Seine Energie gehört zur Expressionsebene und ist Yang.

Bilder von barocker Üppigkeit entsprechen der Fünferenergie. Und Archimboldo könnte gut ein Weiser gewesen sein. Walzermusik von Strauß, Brahms' Ungarischer Tanz, die Wassermusik von Händel oder auch Soul von Barry White repräsentieren Weisenenergie.

Die Farbe, die dem Weisen entspricht, ist sonnengelb. Seine Energie ist dem Stirnchakra zugeordnet, die dazugehörige Drüse ist die Hypophyse.



Priester:in - Energie 6 | Prinzip: Trösten | + barmherzig / - übereifrig

Der Priester ist im Besonderen mit dem Thema Lüge versus Wahrheit verbunden und kann sich in seiner Feinsinnigkeit gut mit den seelischen und geistigen Welten verbinden. In seiner Überzeugungskraft kann er temperamentvoll und charismatisch für das Wahre und Göttliche eintreten. In seiner Balance ist er in natürlicher Weise bereit, tröstend allem Raum zu geben und Räume zu halten, Schweres zu erleichtern und durch seine bloße Gegenwart zu erleichtern und zu stärken. In seiner Liebe kann er zu Ehren der Schöpfung aus voller Kehle in ein jubelndes Halleluja einstimmen.

In seiner Angst wähnt er sich im alleinigen Besitz der göttlichen Wahrheit und alles ist ihm Zeichen. Mit seiner Fähigkeit der inspirativen Entgrenzung fällt es ihm oft schwer, Grenzen zu setzen und sich als Teil des Weltlichen zu empfinden. Oft wird dann das Irdisch-Menschliche abgewertet und der Bezug zum Materiellen hochmütig abgelehnt. Seine Energie gehört zur Inspirationsebene und ist Yang.

Bilder mit religiösen Inhalten, aber auch strenge Formen entsprechen der Priesterenergie. Mantragesänge, Samuel Barbers Adagio for Strings, Griegs Morgenstimmung oder auch manche Gospels repräsentieren die Priesterenergie gut.

Die Farbe, die dem Priester entspricht, ist Ozeanblau. Seine Energie ist dem Kronenchakra zugeordnet, die dazugehörige Drüse ist die Zirbeldrüse.

König:in - Energie 7 | Prinzip: Führen | + hoheitsvoll / - selbstherrlich

Der König ist die kraftvollste, durchsetzungsstärkste Energie der Matrix. Sie ist besonders strahlend. Betritt ein König in seiner Kraft den Raum, wird er sofort bemerkt werden. König:innen haben visionäre Ideen und auch die Power, ihr „Volk“, ihre Mannschaft zu „empowern“, um diese Visionen zu realisieren. Dabei kann er gut delegieren. Eine seiner besonderen Fähigkeit ist es, sich schnell Überblick über Strukturen und Vorgehensweisen zu schaffen. Er ist Wegweiser für Innovation und weiß seine Ressourcen und sein Gefolge sinnvoll einzusetzen, aus jedem das Beste zu fördern. So ist er in seinem Element, wenn Veränderung initiieren und handeln kann.

In seiner Angst kennt sein Wille kaum Hindernisse, seine Kraft keine Grenzen. Ineffektivität und Stillstand rauben ihm den Nerv. Seine Energie ist, anders als beim Krieger, eher eruptiv, also gebündelte Kraft aus dem Augenblick heraus. Das kann bei jungen Königs-Seelen auch für viele todbringend sein. Das nimmt er für seine hohen Ziele in Kauf, ist er doch dann aus seiner selbstherrlichen Sicht der Einzige, der genügend Weit- und Durchblick hat. Seine Energie gehört zur Aktionsebene und ist Yang.

Bilder von Kandinsky oder die Jupiter-Suite von Gustav Holst, Dvorács 3. Satz Aus der neuen Welt, Elgars Pomp and Circumstance repräsentieren die Königsenergie gut.

Die Farbe, die dem König entspricht, ist Purpur. Seine Energie ist dem Solar-Plexus-Chakra zugeordnet, die dazugehörige Drüse ist die Bauchspeicheldrüse.

Die sieben Stimmen der Angst

SELBSTVERLEUGNUNG Angst vor Unzulänglichkeit ⊖ unterwürfig ⊕ bescheiden	SELBST-SABOTAGE Angst vor Lebendigkeit ⊖ selbstzerstörend ⊕ aufopfernd	MÄRTYRERTUM Angst vor Wertlosigkeit ⊖ selbstbestrafend ⊕ selbstlos	STARRSINN Angst vor Unberechenbarkeit ⊖ verbissen ⊕ entschlossen	GIER Angst vor Mangel ⊖ unersättlich ⊕ selbstzufrieden	HOCHMUT Angst vor Verletztwerden ⊖ selbstgefällig ⊕ stolz	UNGEDULD Angst vor Versäumnis ⊖ unduldsam ⊕ waghalsig
---	--	--	--	--	---	---

1. Angst vor Unzulänglichkeit- Selbstverleugnung

- „Ich bin nicht gut genug“, „die anderen können das besser / schlechter“, Angst vor Kritik, Zurückweisung und Blamage, Selbsthass, Mauerblümchen, gute Seele, fleißiges Lieschen
- Stolz-basierte Gegenidentität / falsche Tugend: Bescheidenheit, Arroganz, Überheblichkeit, Bewertung / Vergleich, Perfektionismus
- Entwicklungspotential: realistische Selbsteinschätzung, Selbstbewusstsein, selbstsichere Kompetenz

2. Angst vor Lebendigkeit / Kontrollverlust - Selbstsabotage

- Selbstaufopferung, opfert und verliert Lebenslust und -kraft, Rückzug vom Leben, Selbstaufgabe, Spielverderber, Griesgram, Trauerkloß, Süchte
- Stolz-basierte Gegenidentität / falsche Tugend: Wünsche des Umfelds haben Vorrang, Opferbereitschaft
- Entwicklungspotential: Lebenslust wagen

3. Angst vor Wertlosigkeit - Märtyrertum

- „Ich bin es nicht wert...“, „ich muss mir das verdienen...“, „nichts ist geschenkt...“, sich selbst verlieren um andere zu gewinnen, Kampf um Belohnung, nicht kritikfähig, das wandelnde schlechte Gewissen, Sündenbock, Sonnenscheinchen, Tapferes Schneiderlein
- Stolz-basierte Gegenidentität / falsche Tugend: Autonomie, Selbstlosigkeit,
- Entwicklungspotential: Der Wert eines Menschen muss nicht erarbeitet werden, sondern ist stets gegeben

4. Angst vor Unberechenbarkeit / Haltlosigkeit - Starrsinn

- Zähne zusammen beißen, körperliche Starre, Urangst vor Sicherheitsverlust, keine gefühlte Angst (4!), wirkt im verborgenen, am stärksten wenn er sich verlassen fühlt, der Autonome, der Sturkopf, der Überlebenskünstler
- Stolz-basierte Gegenidentität/ falsche Tugend: Weiss immer eine Lösung, lebensklug, geschickt, Freiheitsgefühl, total „anpassungsfähig“, Autonomie
- Entwicklungspotential: Vertrauen ins Leben und die Mitmenschen finden, Verlässlichkeit, Treue

5. Angst vor Mangel / Sinnlosigkeit- Gier

- (Lebens-)Hunger, Leere nach Essen / Lob / Geld, ... Geiz, Vielfraß, Heizhals, Habenichts
- Stolz-basierte Gegenidentität/ falsche Tugend: ich bin ohne Erwartungen, Selbstzufriedenheit, Erfolg, Fülle
- Entwicklungspotential: wohlthuende Großzügigkeit, Gelassenheit, Lust am Dasein

6. Angst vor Verletztwerden / Integritätsverlust- Hochmut

- Lebendig auf Probe, sehr verletzlich / sensibel, Arroganz, Selbstgefällig, der Stolz trennt ihn vom Bewusstsein über die eigene Verletzlichkeit, der Hochnäsige, der Racheengel, das Sensibelchen
- Stolz-basierte Gegenidentität/ falsche Tugend: Stolz, medial empfänglich
- Entwicklungspotential: verzeihende Liebe zu den Mitmenschen, Empfindsamkeit



7. Angst vor Versäumnis / Überforderung - Ungeduld

- Kampf gegen die Zeit, To-Do Listen, unduldsam mit anderen, Zeit kann vergeudet werden, erbringt Höchstleistungen und fordert es von anderen, der Zappelphilipp, Rennfahrer, Scheintoter
- Stolz-basierte Gegenidentität/ falsche Tugend: Waghalsig, Erfolg,
- Entwicklungspotential: eindrucksvolle königliche Ausstrahlung und Gelassenheit, Entscheidungs- und Umsetzungskompetenz, Abwarten können bis die Zeit reif ist, Lustvolles Leben

Die 7 Entwicklungsziele

Mit der Position 3 innerhalb der Matrix hat das Entwicklungsziel per se Krieger-Energie: tatkräftig und fokussiert. Es geht nicht um das Erreichen eines „Endpunktes“, daher sind die Ziele auch in Verben als Nominalisierung ausgedrückt. Es bezeichnet vielmehr, was eine Seele in einem bestimmten Leben auf Dauer besonders erkunden will, welchem Thema sie sich insbesondere widmet.

VERZÖGERN ⊖ Rückzug ⊕ Rückschau	ABLEHNEN ⊖ Vorurteil ⊕ Urteilskraft	UNTERORDNEN ⊖ Unterwerfung ⊕ Hingabe	STILLSTEHEN ⊖ Erstarrung ⊕ Innehalten	AKZEPTIEREN ⊖ Liebenswürdigkeit ⊕ Güte	BESCHLEUNIGEN ⊖ Verwirrtheit ⊕ Einsicht	HERRSCHEN ⊖ Diktatur ⊕ Führung
--	--	---	--	---	--	---

1. Verzögern

Eine Seele kann es durchaus sinnvoll finden, lange Anläufe zu brauchen, um sein Leben voll zu entfalten. Und das, in Einserenergie, fühlend. Gefühle sind langsam. Mit den Polen Rückzug (angstvoll) und Rückschau (liebepoll) wird klar, dass es Zeit braucht, immer wieder nachzuspüren, welche Erfahrungen das Leben uns geschenkt hat, bevor man den nächsten Schritt macht. Dazu dient das Verzögern.

2. Ablehnen

Ablehnen soll ein Ziel sein? Geht es nicht um Annehmen? Schon, auch. Aber um wirklich annehmen zu können, müssen wir auch ablehnen. Sortieren, was zu uns gehört und was nicht. Ablehnen kann phasenweise aktiv und auch passiv gelebt werden. Und die Selbstablehnung gehört als Erfahrung ebenfalls dazu. Nicht einfach!

3. Unterordnen

Für viele klingt „Unterordnen“ negativ – haben sie doch schnell den angstvollen Minuspol „Unterwerfung“ im Sinn. Als Ziel mit Kriegerenergie geht es jedoch um Hingabe. Mit Haut und Haaren sich als junge Seele einer Person, als ältere Seele sich einer Idee oder dem Dienst am Großen Ganzen zu verschreiben – wie wundervoll erfüllend ist das!

4. Stillstehen

Stillstehen soll ein Ziel sein??? Ja! Auch das! Nachdem eine Seele vielleicht in Vorinkarnationen viele sehr aufreibende Erlebnisse gemacht hat, kann ein eher ruhiges Leben, das dem Analysieren und Einordnen gewidmet ist, genau das Richtige sein. Manchmal sogar in der Erstarrung. Jede Erfahrung ist der Seele kostbar.

5. Akzeptieren

Als Dual des Ablehnens kommt das Ziel Akzeptieren den meisten sehr erstrebenswert vor. Akzeptierer sind oft besonders freundliche und meist lächelnde Menschen – die im Angstvollen auch Ja sagen, wenn sie Nein meinen. Erst in seiner Balance entfaltet das Akzeptieren eine warme, herzvolle Güte, die eben jeden und alles gut sein lassen kann.

6. Beschleunigen

Das Dual zum Verzögern will in diesem Leben besonders schnell wachsen. Verwechsele das Beschleunigen aber nicht mit Ungeduld! Hier geht es um Quantität. Hast du viele Umbrüche im Leben, Wechsel, intensivste Phasen? Dann ist das Beschleunigen vielleicht dein Ziel. Und dann brauchst du unbedingt Ruhephasen, sonst ergreift dich die Verwirrtheit zu sehr, bevor du tiefe Erkenntnisse gewinnst!

7. Herrschen

Nicht jede Führungskraft muss dieses Ziel haben – aber Herrschenden merkt man es durchaus an, dass sie Führungskraft besitzen. Oft streben sie solche Positionen noch nicht mal selbst an, sondern werden dort hineinmanövriert. Oder man wird - besonders in Kindheit und Jugend - von anderen beherrscht. Auch die Selbstbeherrschung ist eine dazugehörige königliche Erfahrung.

Der Modus

Der Modus als Mitte und Zentrum der Matrix beschreibt, auf welche Art und Weise das Entwicklungsziel am leichtesten gelebt und erkundet wird. Der Modus gibt einer Matrix daher eine besondere Färbung. So ist es verständlich, dass es einen großen Unterschied macht, ob beispielsweise das Ziel Ablehnen mit Zurückhaltung oder mit Leidenschaftlichkeit gelebt wird.

ZURÜCKHALTUNG ⊖ Hemmung ⊕ Zügelung	VORSICHT ⊖ Überängstlichkeit ⊕ Bedächtigkeit	AUSDAUER ⊖ Unverrückbarkeit ⊕ Beharrlichkeit	BEOBACHTUNG ⊖ Überwachung ⊕ Klarsicht	MACHT ⊖ Bevormundung ⊕ Autorität	LEIDENSCHAFTLICHKEIT ⊖ Fanatismus ⊕ Charisma	AGGRESSIVITÄT ⊖ Streitsucht ⊕ Dynamik
---	---	---	--	---	---	--

1. Zurückhaltung

Menschen mit Zurückhaltung sind oft eher still und lassen anderen viel Raum. Sie spüren viel und haben eine eher weiche Ausstrahlung. In Angst gehemmt, wissen sie in ihrer Balance ihre Energie bzw. ihre Zielkraft sehr filigran zu dosieren.

2. Vorsicht

Die perfekten Bedenkenträger – das sind Menschen mit Vorsicht. Wenn sie in Angst sind, verbauen sie (sich) damit Chancen. In Balance können sie Entscheidungskriterien sehr kreativ beleuchten und hinterfragen und dadurch zu klugen Zielen verhelfen.

3. Ausdauer

Menschen mit Ausdauer sind die Marathonläufer des Lebens. Lange Beziehungen, lange Arbeitsverhältnisse, stetige Bemühungen. Die bleiben dran. Wenn sie in Angst geraten sind, merken sie dabei nicht, dass das Pferd, das sie reiten, schon längst tot ist. Und verpassen den Absprung. Immer wieder.

4. Beobachtung

Diese Gelehrtenenergie macht es möglich, mit Leichtigkeit einen neutralen Standpunkt einnehmen zu können, alle Positionen zu verstehen. Beobachtung kriegt alles mit, auch das zu Hörende und zu Spürende – vor allen anderen. Daher brauchen Beobachter viel Muße, um die vielfachen Eindrücke zu verdauen.

5. Macht

Macht macht groß und weit. Macht lässt Wirkung strahlen. Als Weisenenergie geht es um Einfluss und Bedeutung. Viele schreckt sie, weil sie (wie alles) missbraucht werden kann. Doch das ist der Macht egal!

6. Leidenschaftlichkeit

Drama Baby! Leidenschaftlichkeit ist intensiv und soll es sein! Ups und Downs, himmelhochjauchzend, zu Tode betrübt – schwungvoll und voller Temperament sind Leidenschaftliche. Und wenn sie in Balance sind, wahnsinnig mitreißend! Heidewitzka!

7. Aggressivität

Klingt unangenehm, nicht wahr? Ja, wenn man an den angstvollen Teil, die Streitsucht denkt. Als Königsenergie ist die Aggressivität eruptiv und höchst dynamisch – ein Vulkan. Der viel anstößt, voranbringt und in Bewegung setzt!

Die Mentalität

Die Mentalität beschreibt die Sicht auf die Welt, alle sieben Perspektiven ergeben zusammen ein Ganzes – doch jeder von uns erkennt nur einen Blickwinkel auf die Welt. Die unterschiedlichen Mentalitäten sorgen für die intensivsten Streitpunkte. Denn jede glaubt, sie wüsste doch, wie die Welt ist. Und da wir unbewusst immer dafür sorgen, dass wir unsere Glaubenssätze bestätigen, bleiben sie auch.

STOIKER ⊖ resigniert ⊕ gelassen	SKEPTIKER ⊖ misstrauisch ⊕ nachforschend	ZYNIKER ⊖ herabsetzend ⊕ kritikfähig	PRAGMATIKER ⊖ stur ⊕ praktisch	IDEALIST ⊖ abgehoben ⊕ verschmelzend	SPIRITUALIST ⊖ leichtgläubig ⊕ überprüfend	REALIST ⊖ mutmaßend ⊕ wahrnehmend
--	---	---	---	---	---	--

1. Stoiker

Sie sind voller Gleichmut. Und Gleichmut. Und Gleichmut. Denn wenn die Dinge sind, wie sie sind, warum sollte man sich dann aufregen?

2. Skeptiker

Durch ihr Hinterfragen kommen sie den Dingen auf den Grund. Sie wollen nicht zerstören, sondern überzeugt werden!

3. Zyniker

Kriegerisch den Finger in die Wunde legen, das beherrschen sie! Auf den Punkt. Aua!

4. Pragmatiker

Ist es anwendbar? Dann hat es eine Existenzberechtigung. Das Machbare zählt, alles andere ist doch graue Theorie!

5. Idealist

Er hat die Fähigkeit, in allem sofort das Potential zu erkennen. Willst du wissen, was drin liegt? Frag einen Idealisten! Nur zufrieden ist er nie.

6. Spiritualist

Die Welt ist von göttlicher Energie durchdrungen. Glaubt er. Daher ist ihm alles Zeichen. Zufälle gibt es ja nicht. Meint er.

7. Realist

Keiner blickt so durch wie er. Alles vor Augen, klar sortiert. Wer will ihm da noch was erklären?



Wahrnehmungsebenen S I B A M & Reaktionsmuster

Wahrnehmung kann auf verschiedenen Ebenen stattfinden, die unterschiedlich stark ins Bewusstsein drängen. Die SELBST-Wahrnehmung setzt sich aus verschiedenen „Bestandteilen“ bzw. „Wahrnehmungskanälen“ zusammen.²

S Sensation Körperempfindungen	I Image Sinnesindrücke	B Behavior Verhalten / Bewegungen	A Affect Emotionen	M Meaning Bedeutung / Verstand
Körpersensationen Kribbeln Druck Wärme Schmerz Müdigkeit Vitalität Spannung	innere Bilder Erinnerungen „so als ob...“ „wie damals...“ Gehörtes Gesehenes Geschmecktes Geruchenes Gespürtes	Verhalten Kampf / Streit Flucht / Rückzug Freeze / Lähmung Bewegungen (z.B. Abwehr)	„echte Emotionen“ Irritation / Angst / Panik Wut / Zorn / Rage Freude Ekel Trauer „Pseudogefühle“ Unwohlsein Wertlosigkeit provoziert, ausgenutzt	Bedeutung Bewertung Gedanken Konzept

Dabei sind aufgrund Prägung / Erziehung / Traumatisierung / SO-Sein (oder gewählter seelischer Ausrichtung) manche der Bewusstseinskanäle offener, andere schwerer zugänglich. Bei Traumatisierung kommt es gar zu überschüssenden Reaktionen (+Symptomatik, z.B. Panik) auf einzelnen oder mehreren Kanälen, auf anderen wiederum zu Unterkopplung / Dissoziation (-Symptomatik, z.B. Depression) innerhalb der Wahrnehmung.

Es lässt sich eine verblüffende Parallele zum **REAKTIONSMUSTER** der Seelenmatrix feststellen. Das Reaktionsmuster mit den beiden Aspekten **Reaktionszentrum** und **Reaktionsorientierung** beschreibt, wie wir auf die Welt reagieren und mit welchen Chakras ein Körper mit den Energien der Welt verbunden ist. Im Reaktionszentrum wird die Energie empfangen, die Orientierung verarbeitet sie. So kann jemand zum Beispiel intellektuell zentriert sein und durch Bewegung (motorisch) verarbeiten oder, als motorisch-emotionaler Mensch, zunächst in Handlung gehen und dann nachspüren. Dabei sind jedem Menschen alle Zugänge gewährt, jedoch beschreibt das Reaktionsmuster, wie wir am allerschnellsten funktionieren.

Eine Besonderheit: Nur fünf der sieben Reaktionsmöglichkeiten können Teil einer Matrix sein. Das spirituelle und das ekstatische Zentrum sind allen Menschen zugänglich und außergewöhnlichen Momenten eines Lebens vorbehalten.

Energie	1	2	3	4	5	6	7
VI Zentrum	emotional	intellektuell	sexuell	instinktiv	spirituell	ekstatisch	motorisch
Chakra	4. Herzchakra (Anahata)	5. Kehlkchakra (Vishuddha)	2. Sakralchakra (Svadhithana)	1. Wurzelchakra (Muladhara)	6. Drittes Auge (Ajna)	7. Kronenchakra (Sahasrara)	3. Solarplexuschakra (Manipura)
Aufgaben des Chakras	Liebe, Mitgefühl, Harmonie, Beziehungen	Kommunikation, Ausdruck, Wahrheit, Reinigung	Kreativität, Emotionen, Sexualität, Lebensfreude	Erdung, Sicherheit, Überleben, Grundbedürfnisse	Intuition, Selbsterkenntnis, Klarheit, Weisheit	Spiritualität, Erleuchtung, univ. Bewusstsein, Verbindung zum Göttlichen	Willenskraft, Selbstvertrauen, persönl. Macht, Transformation
SIBAM Kanäle	AFFECT Emotionen	MENTAL Kontext	SENSATION Körpersensationen	IMAGE Sinnesverarbeitung			BEHAVIOUR Bewegung
SIBAM Bedeutung	<ul style="list-style-type: none"> „echte Emotionen“: Irritation / Angst / Panik, Wut / Zorn / Rage, Freude, Ekel, Trauer „Pseudogefühle“: Unwohlsein, Wertlosigkeit, provoziert, ausgenutzt 	<ul style="list-style-type: none"> Bedeutung Bewertung Gedanken Konzept 	<ul style="list-style-type: none"> Körpersensationen Kribbeln Druck Wärme Schmerz Müdigkeit Vitalität Spannung 	<ul style="list-style-type: none"> innere Bilder Erinnerungen „so als ob...“ „wie damals...“ 			<ul style="list-style-type: none"> Bewegungen Verhalten Kampf / Streit Flucht / Rückzug Freeze / Lähmung

² nach Peter Levine



Diese Prägung und die „energetische Primärverarbeitung“ hat Einfluss auf unsere Wahrnehmungsstruktur. Manche Menschen erschliessen sich die Welt intellektuell, andere durch Bewegung, andere körperlich-energetisch (sexuell). Jeder hat also auch im Qigong einen eigenen (Primär-)Zugang und ein höchst individuelles Erleben. So ist es „fast unmöglich, die Muster der Reaktion eines anderen Menschen wirklich nachzuvollziehen. Dies hängt damit zusammen, dass ihr aufgrund eurer evolutionären Geschichte überzeugt davon seid, nur euer eigenes Reaktionsmuster könnte das Überleben wirklich gewährleisten.“³

Für die **Qigong Praxis** bedeutet das, dass jeder für sich selbst herausfinden muss, welche Chakren am leichtesten zugänglich sind und welchen Einfluss diese Kombination auf das Erleben im Qigong nimmt. Auch wenn es eine gemeinsame Basis braucht, auf der methodische Grundsätze gelten, so erblüht das Individuum nur dann, wenn die persönliche Wahrnehmungsstruktur entwickelt wird. Wer laufend nach den Vorgaben des Lehrers sucht, der wird sich verirren müssen. Wer als Lehrer diese Vielfalt nicht respektiert, der wird den Kontakt zum Schüler verlieren.

Was auf den ersten Blick sehr komplex wirken könnte, ist in der Praxis wesentlich überschaubarer. Kombinatorisch ergeben sich grundsätzlich 20 mögliche Reaktionsmuster. Da die unterschiedlichen Muster jedoch nicht gleich häufig auftreten⁴ lassen sich folgende relevante Kombinationen erkennen:

Die 20 möglichen Reaktionsmuster und deren Häufigkeit

1. intellektuell, emotional (Wahrscheinlichkeits-Score: 12,7%, tatsächlich: 60, 20,2 %)
2. intellektuell, motorisch (Wahrscheinlichkeits-Score: 12,3%, tatsächlich: 45, 15,2 %)
3. motorisch, emotional (Wahrscheinlichkeits-Score: 9,8%, tatsächlich: 39, 13,1 %)
4. emotional, motorisch (Wahrscheinlichkeits-Score: 9,7%, tatsächlich: 48, 16,2 %)
5. emotional, intellektuell (Wahrscheinlichkeits-Score: 9,2%, tatsächlich: 39, 13,1%)
6. motorisch, intellektuell (Wahrscheinlichkeits-Score: 8,9%, tatsächlich: 47, 15,5%)
7. intellektuell, sexuell (Wahrscheinlichkeits-Score: 1,5%, tatsächlich: 6, 2,0 %)
8. emotional, sexuell (Wahrscheinlichkeits-Score: 1,2%, tatsächlich: 4, 1,4%)
9. motorisch, sexuell (Wahrscheinlichkeits-Score: 1,2%, tatsächlich: 0, 0%)
10. intellektuell, instinktiv (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,6%, tatsächlich: 1, 0,3%)
11. emotional, instinktiv (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,4%, tatsächlich: 1, 0,3%)
12. motorisch, instinktiv (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,4%, tatsächlich: 1, 0,3%)
13. sexuell, emotional (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,4%, tatsächlich: 1, 0,3%)
14. sexuell, motorisch (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,3%, tatsächlich: 2, 0,7%)
15. sexuell, intellektuell (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,3%, tatsächlich: 3, 1,0%)
16. sexuell, instinktiv (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,02%, tatsächlich: 0, , 0%)
17. instinktiv, emotional (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,00%, tatsächlich: 0, , 0%)
18. instinktiv, intellektuell (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,00%, tatsächlich: 0, , 0%)
19. instinktiv, motorisch (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,00%, tatsächlich: 0, , 0%)
20. instinktiv, sexuell (Wahrscheinlichkeits-Score: 0,00%, tatsächlich: 0, , 0%)

³ Archetypen der Seele, V. Hasselmann u. F. Schmolke, S. 319

⁴ Die Wahrscheinlichkeits-Score wurde auf Basis von Erhebungen der Seelenakademie (www.seelenakademie.de) über die Häufigkeit einzelner Matrix-Elemente der Mitglieder berechnet. Dabei wurden ca. 297 Mitglieder berücksichtigt.

Die 7 Elemente des Reaktionsmusters

Das Reaktionsmuster mit den Faktoren Reaktionszentrum und Reaktionsorientierung beschreibt, wie wir auf die Welt reagieren und mit welchen Chakras ein Körper mit den Energien der Welt verbunden ist (und die wiederum mit bestimmten Drüsen). Im Reaktionszentrum wird die Energie empfangen, die Orientierung verarbeitet sie. So kann jemand zum Beispiel intellektuell zentriert sein und durch Bewegung (motorisch) verarbeiten oder, als motorisch-emotionaler Mensch, zunächst in Handlung gehen und dann nachspüren.

EMOTIONAL	INTELLEKTUELL	SEXUELL	INSTINKTIV	SPIRITUELL	EKSTATISCH	MOTORISCH
⊖ sentimental ⊕ sensibel	⊖ vernunftfeind ⊕ nachdenklich	⊖ verführerisch ⊕ schöpferisch	⊖ unbedacht ⊕ spontan	⊖ telepathisch ⊕ inspiriert	⊖ sensitiv ⊕ mystisch	⊖ hektisch ⊕ unermüdlich

Eine Besonderheit: Nur fünf der sieben Reaktionsmöglichkeiten können Teil einer Matrix sein. Das spirituelle und das ekstatische Zentrum sind allen Menschen zugänglich und außergewöhnlichen Momenten eines Lebens vorbehalten.

1 Emotional

Als Zentrum gelebt bedeutet es, dass jemand zunächst fühlend reagiert, die Energie der Welt direkt ins Herzchakra fließt. Das kann manchmal sehr überwältigend sein und sprachlos machen. Als emotional Zentrierte(r) bist du besonders empathisch.

Typische / mögliche Reaktionen: Brustdruck, Kribbeln, Panikattacken, starke emotionale Ladungen, Alle Energie zieht sich in den Brustkorb zusammen (=> keine Bewegung, kein Denken, kein Sprechen, kein Handeln)

2 Intellektuell

Passiert etwas, geht es zunächst denk denk denk analysier grübel grübel – um dann entweder emotional durchfühlt zu werden oder motorisch in Handlung zu münden, etc.. Das Halschakra gehört zum intellektuellen Zentrum, verbale Ausdruckskraft ist die Domäne.

Typische / mögliche Reaktionen: Intellekt will einordnen, Erklärung, WARUM? Häh? Kopf denkt dauernd und automatisch, ohne dass man es bewusst mitbekommen muss. Kopfschmerzen, Nackenverspannungen, Halsschmerzen, Ohrenscherzen, Halsentzündung, Aphonie, Geschwindigkeit und Druck im Kopf / Sprechen / Denken, schnell von einem Thema (abgeschlossen) zum nächsten.

3 Sexuell

Auch wenn es so klingt – es hat nicht viel mit Sex zu tun. Mehr geht es um die schöpferische Energie des Nabelchakras, das Gebärende, das Yin, die Körperlichkeit. Sexuell Zentrierte sind oft besonders attraktiv – selbst wenn sie nicht «schön» sind.

Typische / mögliche Reaktionen: Gestalten, Schaffen, Werkeln, Handeln aus dem Bauch heraus, Spontanität, Aktion, ZIELhaftes Streben, elementare Kreativität, Bewegung, in Fluss sein. Starke Verbindung zur eigenen Körperlichkeit. Bauchweh (Unterbauch), Durchfall
Heute häufig belegt mit: Scham, Schuld, Angst, Peinlichkeit, Bedrohung, Einschränkung

4 Instinktiv

Gibt es bei reifen und alten Seelen seltener. Hilft aber ungemein beim Sport, beim Ausdruckstanz oder bei Kunstformen. Nicht denken, nicht fühlen, sondern direkt aus dem Wurzel-Chakra heraus in die Welt! Ein wundervoller Zugang für spontanes Qigong (z.B. Zifagong, Youfagong). Heute oftmals in Psychiatrie oder Pflegeeinrichtungen zu finden. Schwer in der Gesellschaft integrierbar. Wahrnehmung wager Stimmungen, braucht kaum Nachdenken um zu entscheiden, unkontrolliertes Handeln.

Unterscheidung zur Intuition: Intuition ist eine höhere Oktave des Instinktes.



Typische / mögliche Reaktionen: Verhärtung des Beckenbodens, besonders ängstlich, Existenzängste, sehr unruhig, hast starke Selbstzweifel, erlebst Schlafprobleme, fühlst dich antriebslos oder gehemmt Dinge loszulassen

7 Motorisch

Als Zentrum bedeutet es, dass sich die Energie zunächst im Solar Plexus sammelt, starke (Handlungs-)Impulse setzt. Ein motorisches Zentrum äußert sich manchmal wie Ungeduld, fühlt sich an wie Leidenschaftlichkeit. Auf jeden Fall sehr dynamisch.

Ist das Motorische die Orientierungsenergie, müssen Fühlen oder Denken in Bewegung oder Handlung überführt werden. Im Stress werde ich als Emotional-Motorische gerne fühlen und fühlen, um dann aufzuspringen und herumzuräumen.

Intellektuell-Motorisch wollen die Gedanken umgesetzt werden – in Zeichnungen, Mind Maps, verbalen Austausch...

Bewegungsfreude (auf allen Ebenen), Flexibilität des Körpers, starke Erregung von Geist o. Emotion.

Reiselust, Lust auf häufige Umzüge, häufiges Zimmer umräumen. Finden schwer Ruhe, schnell Langeweile, immer auf dem Sprung, wollen alles auf einmal machen, stets bereit sich an einen neuen Standpunkt zu begeben.

Typische / mögliche Reaktionen: Messer im Bauch, Sodbrennen, Gallenstörungen, Kloßgefühl, Schilddrüsenprobleme

Grundsätzliches zum Reaktionsmuster

- Reaktion (energetisch körperliche Antwort) auf neue / ungewohnte / bedrohliche Situationen
- Zentrierung 70 % , Orientierung 30 % ergeben EIN GESAMTREAKTIONSMUSTER
- Schenkt Sicherheit
- Zentren sind mit Drüsen, Chakren und dem Stammhirn (Überlebensreaktionen) verbunden
- Frühmensch sicherte so sein Überleben, heute kaum Überlebensgefahr => individueller Ausdruck
- Man kann ein fremdes Muster kaum nachvollziehen, nur das eigene erscheint „normal“
- Reife / Alte Seelen dürfen die Reaktionsmuster einer gesunden Selbstkritik unterwerfen
- Reaktionsmuster ist „nur“ ein animalisch körperlicher Ausdruck mit dem man sich oft identifiziert. Doch das SELBST entspricht nicht dem KÖRPER, man könnte die Reaktion auch mal lächelnd wahrnehmen AS321
- Eignet sich besonders zur Selbstbeobachtung und dient dem wachsenden Selbstverständnis in Selbstliebe
- Man kann nicht authentisch anders reagieren, das wirkte wie eine aufgesetzte Maske
- Übergang Seele / Körper. So kann die Seele ihre Anliegen am besten und am deutlichsten artikulieren
- Reaktionsmuster stellen die Verbindung her zwischen der Seele, der Lebendigkeit schlechthin und der Körperlichkeit
- Zentrum 1-4: Vermittler an Erde / Planeten und die Bedingungen die ihr für Euren Weg gewählt habt
- Zentrum 7 ermöglicht Durchlässigkeit / Entgrenzung (z.B. Tanz, Sufis, Qigong)
- Zentrum 5-6 führen zu Auflösungserscheinungen und Erschöpfung

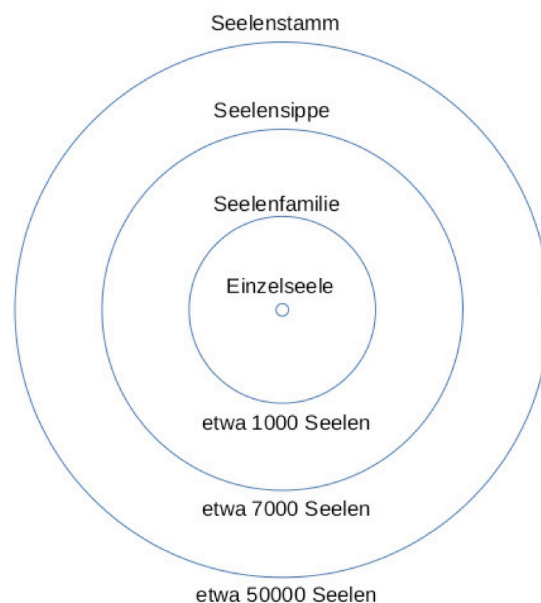
Seelenwelten (Familie, Aufgabe, Weg)

Die Seelenlehre lehrt eine sehr klare und geordnete Struktur der seelischen Welten jenseits unserer physischen Welt – dies unter Verzicht jeglicher Form von Wertung.

Es gibt zunächst die Einzelseele, die sich inkarniert in unserer physischen Welt oder nicht inkarniert in der astralen Welt befindet. Die vereinzelte Seele ist eng verbunden mit einer Gruppe von ca. 1000 weiteren Seelen, die zusammen eine Seelenfamilie bilden. Die Seelenfamilie besteht aus meist 3, gelegentlich auch 2 oder 4 Seelenrollen, die gemeinsam die spezifische Energie der Seelenfamilie bestimmen. Jede Seelenfamilie hat zudem eine spezifische Forschungsaufgabe, die sogenannte Seelenfamilien-Aufgabe. Diese Aufgabe wird umfassend über alle Inkarnationen hinweg verfolgt. Jedes Mitglied der Seelenfamilie widmet sich der Erforschung des Seelenfamilien-Themas, zu dem jede inkarnierte Seele ihre Erfahrungen beisteuert.

So lange die Einzelseele ihren Inkarnationslauf verfolgt, beschreitet sie ihren Seelenweg. Zwischen den einzelnen Leben, wenn sich die Seele im astralen Feld aufhält, ruht der Seelenweg.

Über alle Erdenleben verfolgt die Seele also ihren Weg. Er prägt die Weltsicht und Erfahrungen des inkarnierten Menschen ebenso wie die Seelenrolle. Wie alle Matrixelemente hat auch der Seelenweg einen Plus- und einen Minuspol.

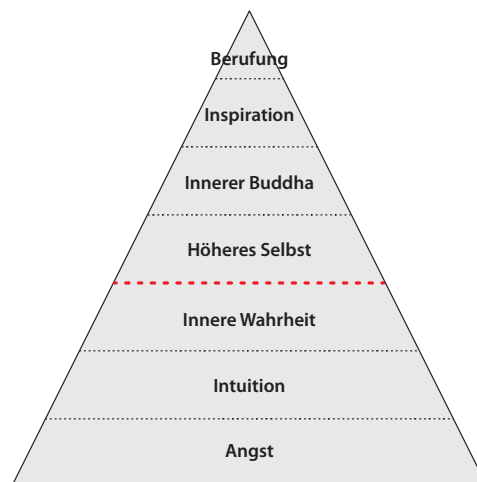


7 Ebenen der Wahrnehmung⁵

Das Innere Selbst

1. Stimme der Angst

- Argumentiert, rechtfertigt, liefert Gründe, macht Vorschläge um Kontrolle zu behalten.
- Ist am lautesten und übertönt die anderen Stimmen.
- Schmeichelt und lobt.
- Gibt sich freundschaftlich und schützend.
- Das „Ego“ erzeugt aufgrund der Unaushaltbarkeit des existentiell bedrohlichen Schmerzes eine positiv gefühlte, stolz-basierte Gegenidentität (z.B. der Intellektuelle, der Spirituelle, der Selbständige, der Autonome, der Helfer, der Liebhaber, der Zufriedene, etc.)
- Ist sehr anpassungsfähig und flexibel.
- Die Stimme der Angst ist dann am lautesten ist, wenn ihr glaubt keine Angst zu haben.
- Die Angst führt eine geheime Schreckensherrschaft
- Die Angst ist ein seelischer Entwicklungsmotor



2. Stimme der Intuition

- Beruft sich nicht auf Argumente, hat keine Begründung
- Richtet sich unmittelbar auf eine Handlung, wenig Raum zwischen Intuition und den Konsequenzen (ähnlich Reflex)
- Intuition will unmittelbar wirken und nimmt sich zurück, wenn die Unmittelbarkeit nicht mehr gewährleistet ist. => SOFORT AUFSCHREIBEN oder HANDELN
- Intuition zuzulassen heisst die Hinweise nicht rational abzusichern, weder vorher noch nachher.
- Alles „wenn und aber“ (Stimme der Angst) tötet die Intuition
- Beispiel: „heute fahr ich mal einen anderen Weg...“

3. Stimme der inneren Wahrheit

- Stimme der gereinigten, entspannten, **vorübergehend vor Angst befreiten Psyche**.
- Nicht nur „Stimme“, sondern auch Bilder, Akustik, innere Vision. (SIBAM)
- Die innere Wahrheit / innere Vision kann nur in „Liebe“ und „Entspannung“ wahrgenommen werden.
- Innere Wahrheit ist subjektiv und kann / darf sich nicht mit anderen Wahrheiten vergleichen. Dieser Vergleich zerstört sie.
- Um die innere Wahrheit / Vision zu erkennen, muss sie geachtet werden als jene einzigartige Individualität, die Dich ausmacht mit allem was Du in all Deinen Inkarnationen bereits erreicht hast.
- **Deine innere Wahrheit kann niemals die Wahrheit eines anderen Menschen sein.** Suchst Du nach Menschen, die Dich darin bestätigen, so folgst Du der Stimme der Angst und zerstörst Deine eigene Wahrheit.
- Beispiel: „In meiner Welt...“

⁵ nach Varda Hasselmann, Archetypen der Seele, aus: „Welten der Seele“, S.165ff.



Das Höhere Selbst

4. Stimme der Ratgeber und Helfer

- Verbindende Kommunikation zu Seelengeschwistern und nahestehenden Seelen die gerade nicht inkarniert sind (2. astrales Territorium)
- Das höhere Selbst liegt nicht ganz außerhalb von uns und ist auch nicht so weit entfernt, dass man es nur unter Mühen erreichen kann.
- Die Stimme der Ratgeber und Helfer lebt IN UNS.
- Vernehmbar, durch aufmerksames „nach innen lauschen“
- 2. astrales Territorium ist jederzeit zugänglich, es ist in uns präsent
- In tiefer Ruhe / im Schlaf (wenn die Stimme der Angst still wird) dann ist diese Stimme wahrnehmbar
- Traumlenkung / Traumdeutung sind sehr gut geeignet, um die Stimmen der astralen Verwandten zu vernehmen.

5. Stimme des „inneren Buddha“

- Stimmen des 3. astralen Territoriums (endgültig vom Körper befreite Seelengeschwister)
- Bedarf eines bewussten Aktes der vertrauenden Hinwendung / Anrufung
- Von Angst vollkommen befreite Seelengeschwister stehen ununterbrochen zur Verfügung
- Es ist wünschenswert, dass ihr diesen Kontakt anerkennt und sich ihm öffnet, damit die Kommunikation von „unbewusst“ zu „bewusst“ transformiert werden kann.
- Zur Kontaktaufnahme braucht es einen vertrauenden Glauben in die Instanz. Begib Dich in eine Ruheposition in der Geist und Bewusstsein wach bleiben. Stell eine Frage zu einem Thema, das Dich beschäftigt, bekümmert, quält. Dann VERTRAUT darauf, dass Euch eine Antwort übermittelt wird. Eine Antwort, die durch die inneren Ohren, das innere Auge übermittelt wird (Bilder, Assoziationen, Erinnerungen)
- Der „innere Buddha“, von Angst befreiter Teil der Seelenfamilie

6. Stimme der Inspiration

- Führung innerhalb und außerhalb
- Kausale Ebene, z.B. „Quelle“, mit einem Bein in Kommunikation mit dieser Welt, mit einem Bein in der kausalen Ebene
- Instanz, die mit Aufgaben betraut sind, mit Menschen und Seelen der astralen Ebene in Kontakt zu treten.
- Für eine Kommunikation muss der Geistführer gerufen werden.
- Inspiration kann nur dann empfangen werden, wenn ein Mensch bereit ist / bereit stellt für diese „Behauchung“. Sie kann erfolgen wenn der Mensch sich von der Furcht befreit, wenn eine „fremde“ Stimme durch ihn spricht. Beide können nicht nebeneinander existieren, es gibt nur ein entweder oder. So muss sich das Medium selbst gänzlich zur Seite stellen.
- Eine Technik, die das Kontrollsystem- und Schutzsystem überwindet kann helfen den notwendigen Raum zu schaffen.

7. Stimme der unabweisbaren Berufung

- Wendet sich nur 2-3 mal im gesamten Inkarnationszyklus an den Menschen
- Es ist nicht Dir überlassen diese Stimme wahrzunehmen, es ist eine Gnade, nicht ein Wunsch nach Kommunikation
- Vereinte Kräfte der kausalen Welt wenden sich an Dich, wenn sie Dir schwierige Aufgaben übertragen und schulen wollen
- Die Berufung neutralisiert alle anderen Kräfte und Ängste, sie erkennt keine Grenzen des Ego's an.