



holgerhagen.com

Wonach ruft deine Seele?

Dein inneres Lied

„Wenn auf der Pazifikinsel Togo ein Kind geboren wird, führen die Frauen des Dorfes mit der Mutter zusammen ein Ritual aus. Sie nehmen ihr Baby mit in den Wald und versammeln sich um das soeben angekommene Wesen. Sie sitzen bei dem Kind, spüren den einzigartigen Spirit des Neugeborenen und in einem bestimmten Moment produziert eine der Frauen einen Ton. Eine andere Frau fügt einen Ton hinzu, eine weitere schließt sich den beiden ersten an, und so entwickelt sich unter den Versammelten allmählich ein Lied, das völlig einzigartig und nur für das Baby bestimmt ist.

Solange das Kind lebt, an seinen Geburtstagen und anlässlich anderer, rituell wichtiger Zeitpunkte versammeln sich die Frauen und singen das Lied. Und wenn das Kind etwas Böses tut oder krank wird, wird es nicht bestraft oder medizinisch behandelt, sondern die Frauen versammeln sich bei ihm und singen das Lied, um es daran zu erinnern, wer es ist. Auf diese Weise wird der Verlauf des Lebens dieses Wesens während seines ganzen Lebens mithilfe seines Liedes unterstützt.

Und stirbt dieser Mensch, singt die Gemeinschaft, in der er gelebt hat, sein Lied ein letztes Mal, und danach wird es nie mehr gesungen.“

(aus dem Buch: „Die Heldenreise“, Stephen Gilligan und Robert Dilts)

Eine wunderbare Geschichte, wie ich finde. Du nicht auch? Sie zeigt doch, dass es immer wieder möglich ist, den Kontakt zu uns selbst verlieren zu können. Und es gibt etwas, das uns ruft und uns daran erinnert wer wir wirklich sind. Wunderbar und einzigartig.



holgerhagen.com

Wonach ruft deine Seele?

In der Story der Tobagoianer ist es das individuelle Lied. Es dient als liebevoller Denkkettel. Ein vergleichbarer Begriff ist deine Rückschau, dein Rückblick oder deine Reflexion.

„Die Reflexion ist nichts anderes als die Aufmerksamkeit auf das, was in uns ist.“
(Leibniz)

Ich liebe meine innere Stimme.

Und manchmal höre ich ihr einfach nicht zu.

Sie wird dann immer lauter.

Sendet mir klare Zeichen.

Oder stellt mir ganz liebevoll Hindernisse in den Weg ;-)

.

.

Und diese 4 Fragen, inspiriert von Rebecca Campbell bringen dich ganz nah zu dir selbst.

Es hilft sehr, vorher für eine kurze Weile die Hand auf das Herz zu legen. Und bewusst die Atembewegung im Brustraum zu beobachten.

Und dann schriftlich (hier im PDF oder auf einem Papier) die folgenden 4 Fragen zu beantworten:



holgerhagen.com

Wonach ruft deine Seele?

Frage 1: Wozu ruft dich deine Seele auf? (schreibe spontan 5 Antworten auf)

1

2

3

4

5

Frage 2: Wenn Geld keine Rolle spielen würde, was würdest du tun? (schreibe spontan 5 Antworten auf)

1

2

3

4

5

Frage 3: Wenn du wüsstest, dass du nicht versagen wirst, was würdest du tun?

(schreibe spontan 5 Antworten auf)

1

2

3

4

5



holgerhagen.com

Wonach ruft deine Seele?

Frage 4: Wenn du wüsstest, dass du unterstützt wirst, egal was passiert, was würdest du tun? (schreibe spontan 5 Antworten auf)

1

2

3

4

5

Nun blick zurück auf die Antworten und umkreise jeweils die Antwort, die am Meisten Energie besitzt. Und/oder notiere sie hier:

Welchen Handlungsimpuls hast du jetzt? (Es kann ein noch so kleiner Schritt sein)



holgerhagen.com

Wonach ruft deine Seele?

„Eure Zeit ist begrenzt. Also verschwendet sie nicht, indem ihr das Leben von jemand anderem lebt. Lasst den Lärm anderer Meinungen nicht eure innere Stimme übertönen. Und am wichtigsten, habt den Mut, eurem Herzen und eurer Intuition zu folgen.“

(Steve Jobs)

Lebe-dein-Leben-Grüße



Holger :-)