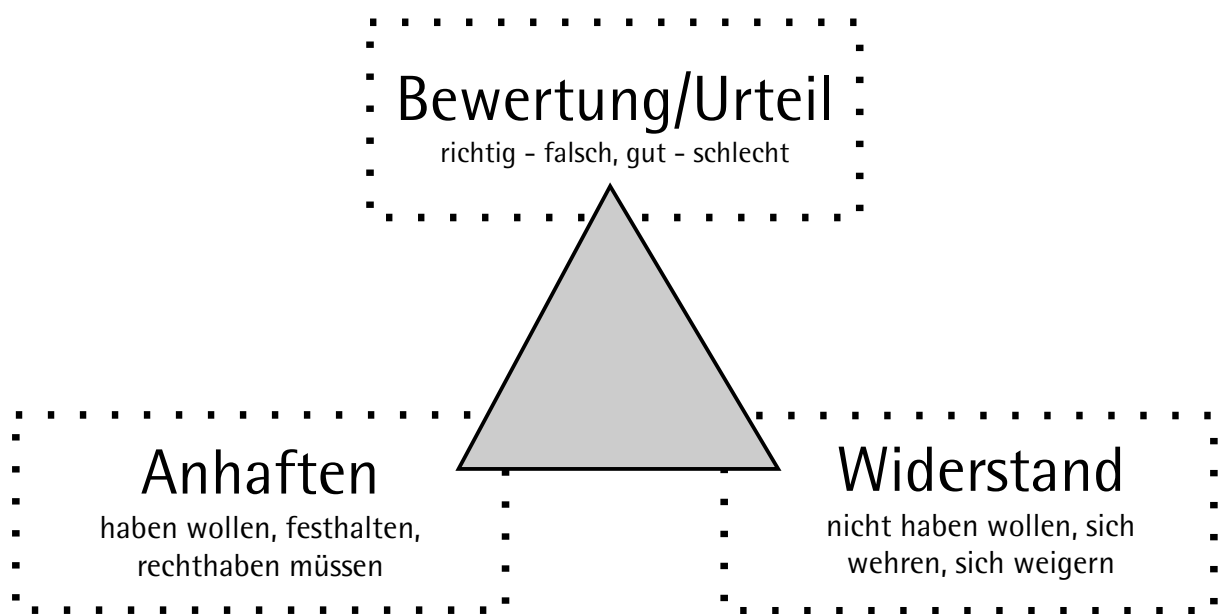


Die Hindernis-Triade

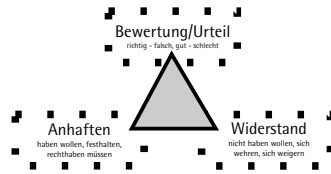
(nach Eckhart Tolle*)



Automatisierte Geistes- und Gemütszustände (E. Tolle: „Gedankenformen“), wie sie z.B. im Enneagramm beschrieben werden, lassen sich grundsätzlich charakterisieren als spezifische, immer wieder ähnliche Prozesse von Anhaftung - Widerstand - Bewertung.

* Eckhart Tolle: Die Kraft der Gegenwart. Kamphausen

Die drei Bauchenergie-Muster



Er-sie-es ist nicht so,
wie er-sie-es eigentlich sein sollte.

Zorn (1)

Ich weiß, was
richtig/falsch ist.
Ich habe Recht.

Ich weigere mich,
die Paradoxien des
Lebens gelten zu lassen.

Verständigung = gut
Streit = schlecht

Trägheit (9)

Ruhe
Harmonie
Ausgeglichenheit
Gleichförmigkeit

Druck
Konflikt
Gegensätze
Trennung

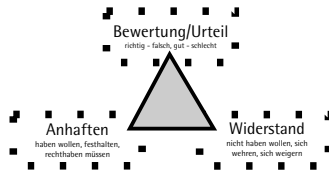
ja - nein
schwarz - weiß
Freund - Feind

Lust (8)

eigene Position
eigenes Revier
eigener Wille

Schwäche
Ohnmacht
Verletzlichkeit

Die drei Herzenergie-Muster



Er-sie-es ist in einem
bedauernswerten Zustand.

Stolz

Ohne mich
kommst du/kommt ihr
nicht klar.

Ich bin nicht
bedürftig.
Ich brauche nichts.

Ich bin der/die
Beste.

Täuschung

Ich halte mein Image
aufrecht. Ich entspreche
den Erwartungen.

Niederlagen,
Inkompetenz,
Versagen

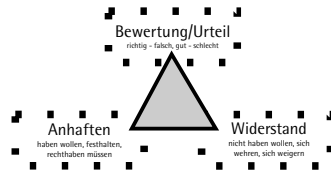
Ich bin besonders. Meine
Begabungen, aber auch mein Elend
sind einzigartig.

Neid

meine Sehnsucht
mein Schmerz
meine Sensibilität
meine Ästhetik

Alles Gewöhnliche
geht mir gegen den
Strich.

Die drei Kopfenergie-Muster



Sachlichkeit = gut
Emotionalität = schlecht

Geiz

Ich bleibe vom Rest
der Welt getrennt,
beobachte und mache
mir meine Gedanken.

Emo-Nähe
Gefühlsbindung
Impulsivität

Naive Spontaneität = dumm
misstrauische Zurückhaltung = intelligent

Zweifel

Vorsicht,
Skepsis,
„checken“
(Dedektiv)

Hingabe,
sich dem Leben
anvertrauen

gute Laune = gut
schlechte Laune = schlecht

Gier

Wohlgefühl,
optimistische Stimmung
Spaß, Flow

Anstrengung
Langeweile
Routine