

Ich bin Viele! - Konsensfähig?

Bären - Botschaft vom Februar 2013

Kürzlich las ich über eine Betrachtungsweise des Einzelmenschen als Vielheit von teils sehr widersprüchlichen Wesenheiten (Wesensaspekten, Charakterzügen, Archetypen).

Der Gedanke faszinierte mich und ich begann darüber meine eigenen Fantasien zu entwickeln; wie oft hatte ich schon ähnliches in manchen Lebenssituationen verspürt.

Da diskutiert der Abenteurer mit dem Intellektuellen, plötzlich bringt das Kind in mir einen Einwand, der nicht so leicht zu entkräften ist.

Aber siehe da, es möchten die Eltern in mir auch noch ein Wörtchen mitreden
...und, wie soll ich da zu Entscheidungen kommen,
wenn jeder Aspekt von mir selbst mich zu überzeugen sucht?

Jene Aspekte, die sich immer wieder am lautesten zu Wort melden (wie das bei Spontanreaktionen oftmals der Fall ist) hätten da gerne die Oberhand.

Doch ich möchte behutsam vorgehen und erst einmal alle Aspekte zusammensuchen, die zum anstehenden Problem etwas zu sagen haben. Das bedeutet: tief in mich hineinzuhorchen. Und dann lade ich sie alle zu einer Konferenz ein.



Jeder von ihnen ist gleichberechtigt. Auch ist es wichtig, jeden auch noch so versteckten und eher ungeliebten Aspekt in mir selbst einzuladen, ihm eine Stimme zu geben und ihn wertzuschätzen.


Nun gilt es, die illustere Gesellschaft in mir zu einem homogenen Ganzen werden zu lassen. Das braucht oft einige Zeit des Rückzuges und der Selbsterkenntnis.

Interessanterweise lassen sich auch in diesem persönlichen Bereich systemische Konsensmethoden wie sie für Gruppen gebräuchlich sind, anwenden. Als Beispiel: das [SK-Prinzip](#) (systemischer Konsens). Hier zeigt sich deutlich, dass ich „Viele“ bin. Die Sorgfalt im Umgang mit allen Aspekten meiner selbst prägt dann das Ergebnis.

Der morgendliche Blick in den Spiegel stimmt mich versöhnlicher, wenn ich entdecken kann: ah, heute bist du wieder einmal der Spaßvogel, die Schlafmütze, oder der Businessman also einer der vielen möglichen.

So können wir jeden Tag uns selbst und eine Facette von uns neu- oder wiederentdecken. Das erhöht die Lebensfreude und schenkt Kraft für den Tag.

Das aber wünscht uns allen

•  **Shaman Bear**

© Shaman Bear (www.shamanbear.com)