

Setze Dich für einen Moment auf einen Stuhl in die Mitte eines Raumes. Was sagt Dir Dein Empfinden (- nicht der Kopf).

## WER HAT DIE MACHT IN DER HAND?

- Wer hat Sie wofür geliebt?
- Wer hat gestraft?
- Wer war ungeduldig?
- Wer war Ihr Vorbild?
- Wer hat Ihnen beigebracht, was ein Fehler ist?
- Wer hat Ihnen beigebracht, was es bedeutet, Fehler zu machen?
- Wer hat Ihnen erklärt, was an Ihnen fehlerhaft ist?
- Für wessen Interessen hat er gesprochen?
- Wer hatte viel zu wenig Zuwendung in den Augen, als Sie es gebraucht hätten?
- Wer hatte zu wenig Vertrauen in Sie, als Sie beginnen wollten, das Leben zu spielen?

### „ICH“

das „Ich“ als das gefühlte Zentrum der Ursachen.

*Wer hat Dich ermächtigt?*

*Ist Macht nicht auch Isolation?*

### „UR-WIR“

Welche Weltanschauungen oder Einstellungen und Werte von Dir und anderen erscheinen Dir ein unabdingliches und unausweichliches Gesetz? Welche wählst Du für Deinen Weg aus, welche sind für Dich ausgewählt worden.

*Was ist das „Richtig“ und „Falsch“, wenn Du Deinen Tod für einen kurzen Moment anblickst, und ihn fragst, wie viel Restzeit Dir verbleibt?*

**EIN-BILDUNG  
VON MACHT**

### „DU“

Das Zentrum der erahnten ursächlichen Bestimmungsmacht liegt in der Hand einer bestimmten Person, bzw. in der Hand mehrerer bestimmter Autoritätspersonen.

*Wer hat Dir gesagt, dass diese über das Recht verfügen, zu bestimmen, zu urteilen und abzuweisen?*

### „WIR“

Eine erahnte oder bestimmte Gruppe (Kollegen, Nachbarn, Freunde, Verein, Familie) bestimmen anscheinend Deine Lebensbewegungen.

*Dein Glück und Unglück liegt in deren Hand?*

#### EMO-STEP ÜBERSETZUNGSHINWEIS:

Macht <e> Beteiligung  
richtig/falsch <e> angemessen  
Macht = Isolation <e> Beteiligung  
Macht über <e> Macht für/ mit  
Gefahr <e> unangenehm