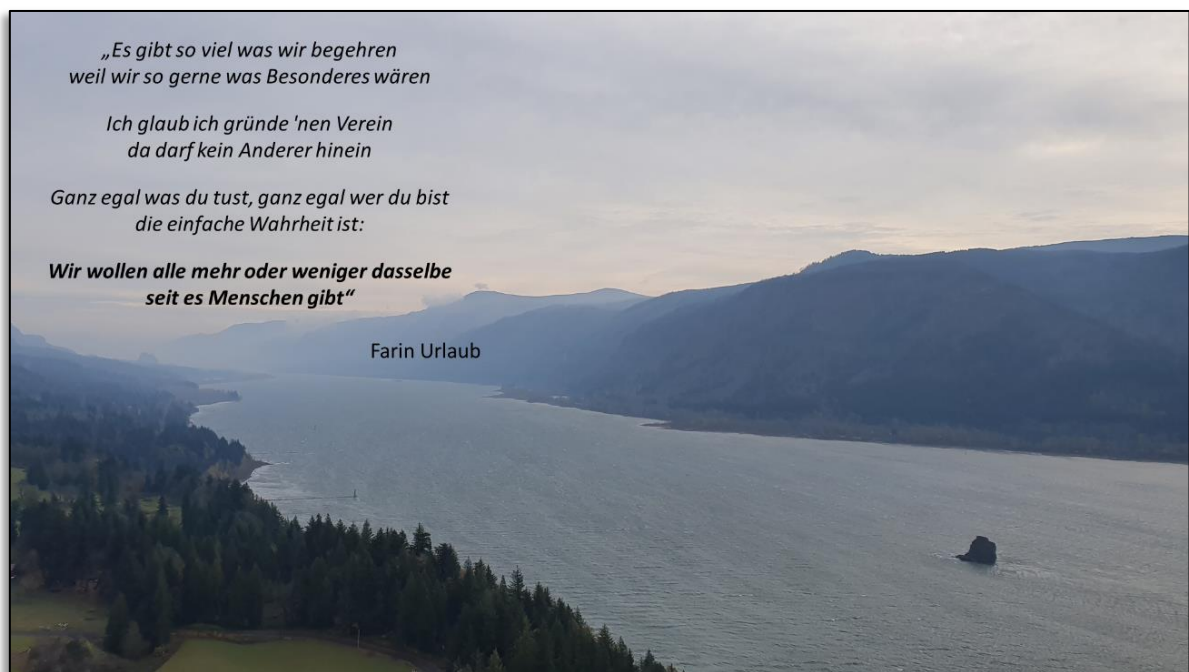


Authentizität als Schlüssel zur Ganzwerdung

Lohnt es sich eine Persönlichkeitsmaske zu tragen, um vermeintlich akzeptiert zu werden und einer Sache anzugehören, welcher tief in sich drin eigentlich niemand angehören möchte?

Beginnen möchte ich mit folgendem Zitat:



Und das ist meines Erachtens zu einem Großteil die Authentizität in jedem von uns selbst.

Wenn allerdings der Wert der Freiheit und Authentizität, dem der Konformität weichen muss, dann leben wir in einer Welt, in welcher der scheinbar „Konformere“ den „weniger Konformen“ benutzen, kontrollieren und ihm bis zum Umfallen Lebensenergie entziehen kann – vorausgesetzt, dieser identifiziert sich ebenfalls mit der künstlich erschaffenen Realitätsblase der Konformität. Ich denke so oder so ähnlich kann man das sehen, wenn man bereit dazu ist das Ganze – zumindest für einen Augenblick – auch wirklich so sehen zu wollen, ohne Angst davor zu haben, dass die eigene, mühevoll erschaffene Identität, gemeinsam mit der illusorischen Blase der Konformität untergeht.

Gleiches gilt auch umgekehrt im gleichen Maße für die Blase der absoluten „Nicht-Konformität“, da jeder Einzelne von uns nun mal mehr als „Schwarz“ oder „Weiß“, „Gut“ oder „Böse“ oder auch „Richtig“ oder „Falsch“ ist.

Dieses immer gleiche Tun der Konformität und Nicht-Konformität, auf Basis von Gewohnheiten, macht auf kurz oder lang jeden Einzelnen von uns krank (im Geiste) und so erzählen wir uns selbst, als auch gegenseitig, unser ganzes Leben lang die ewig gleichen Geschichten, nur in unterschiedlichen Gewändern, ohne dies jemals selbstbewusst zu realisieren. Wir verleugnen essenzielle und für unser Wohlbefinden wichtige Anteile in uns selbst, welche uns häufig überhaupt nicht (mehr) bewusst sind. Und genau hier setzen die Talentthemen von [CliftonStrengths](#) an, welche im ersten Schritt zur Bewusstwerdung der eigenen Verhaltens-, Gefühls- und Gedankenanteile dienen. Der, in Verbindung mit dem darauf aufbauenden Coaching, erfrischende Perspektivenwechsel, unterstützt uns dabei, die eigenen einzelnen Puzzleteile wieder zu integrieren und zu einem ganzheitlichen und gesunden Bewusstsein (wieder) zusammen zu setzen (sein Bewusstsein zu defragmentieren!). Die somit freiwerdende Energie zur Transformation und zum Aufbrechen der bereits eingerosteten Konformitäts- und Nicht-Konformitätsmuster, stellt eine echte Erleichterung und Wohltat für Körper, Geist und Seele dar.

Genau dann fangen wir nämlich endlich an authentisch wir selbst zu werden, basierend auf einer ganzwerdenden Bewusstheit und einem unabhängigen Selbstwert von innen heraus. Wer sich selbst veräußert, um Aufmerksamkeit und Bestätigung, innerhalb einer der beiden Pro- und Anti-Konformitätsbereiche, zu erlangen, ist kurz und knapp gesagt ein Narzisst oder weist zumindest starke Indizien narzisstischen Verhaltens auf. Und nur dieses Verhalten, auf Basis unserer identitären Veräußerung, ermöglicht es überhaupt erst ein Spannungsfeld, welches aktuell ein beinahe schon „biblisches“ Ausmaß erreicht hat, in unserer Gesellschaft zu erzeugen. Wir selbst bilden dabei die beiden gegenüberliegenden, immensen Plus- und Minuspole. Liegt das wirklich, bewusst in jedermanns Interesse? Ich weiß es nicht, aber höchstwahrscheinlich kann sich jeder diese Frage zumindest für sich selbst beantworten...

Es gibt Lösungen, an welche jetzt wohl noch keiner denken mag, da der Nährboden, auf welchem diese entstehen und gedeihen können, momentan von einem wüsten Spannungsfeld überdeckt wird. Einzig und allein, weil ein Großteil der Menschheit etwas „Besonderes“ sein möchte und sich eben in das Extrem der „Konformität“ oder „Nicht-

Konformität“ stürzt, ohne dabei zu erkennen, dass weder hier noch dort die Lösungen für sich selbst, und somit für einen Teil vom Ganzen, liegen können. Der unstillbare Durst nach Anerkennung, Bestätigung und vielleicht sogar Bewunderung, hat nichts mit „Richtig“ oder „Falsch“, „Gut“ oder „Böse“, „Positiv“ oder „Negativ“, sondern einzig und allein mit der eigenen übertriebenen Wichtigkeit zu tun und doch ist jeder unendlich wichtig und wertvoll. Narzisstischer Missbrauch findet auf allen Ebenen der Extreme statt und für mich persönlich gibt es nicht unbedingt den vielzitierten „positiven Narzissmus“ – außer man möchte diesen mit authentischer Selbstliebe gleichsetzen. Und Liebe, oder auch Selbstliebe, benötigt keine Bestätigung von außen. Liebe ist und wirkt in jedem Einzelnen von uns von innen heraus! Und auch hier landen wir wieder beim Ansatz von [CliftonStrengths](#):

Nachdem wir im uns im ersten Schritt, gerne auch „Learn“ genannt, selbst erkannt haben, erfolgt darauf hin das „Love“. Seine eigenen Talente, und somit unweigerlich sich selbst, nicht nur verstehen, sondern auch wertschätzen und lieben zu lernen! All das ist Grundvoraussetzung um im Rahmen des Coachings, den dritten und „letzten“ Schritt, „Live“ zu erreichen. Denn genau dann beginnen wir authentisch unsere von Natur aus gegebenen Talente bewusst zu leben und einzusetzen und unsere Talente zu Stärken zu perfektionieren, welche uns spielerisch unsere Exzellenz leben lassen! Und, habt ihr den Mut dazu?

Wer anfängt sich selbst zu verstehen, kann auch andere verstehen. Wer sich selbst versteht, wertschätzt, bedingungslos liebt und lebt, kann die Ganzwerdung seines eigenen Bewusstseins erlangen und somit auch einen Teil vom Ganzen heilen.

Und diese innere Quelle gilt es für sich selbst (wieder) zu entdecken. Wer denkt etwas „Besonderes“ für andere und der Betrachtung von außen sein zu müssen, der hat seine angeborene „Besonderheit“ und wahren Talente in sich selbst noch nicht erkannt, schwächt sein wahres Selbst und ist vollkommen manipulierbar und anfällig für emotionalen Missbrauch durch andere – ohne dies auch nur im Ansatz selbst zu bemerken.

Niemand muss irgendwo dazugehören. Nur wer (krampfhaft) irgendwo dazugehören möchte, kann sich selbst und andere als „Richtig“ oder „Falsch“ bewerten, wobei doch letzten Endes alles „nur“ eine Sache von Perspektiven, mit ihren jeweils eigenen positiven Absichten, ist. Wer ehrlich zu sich selbst wird, bleibt und ist, der hat nichts zu verlieren, außer vielleicht die Dinge, welche ihr oder ihm ohnehin (schon lange) nicht (mehr) „gut“ tun.

Verändere dich, dann verändert sich dein Umfeld.

Ich lade euch herzlich ein euch selbst kennen zu lernen, wertzuschätzen und euer Leben so zu leben, wie es euch von Natur aus am leichtesten fällt.

Wenn jeder „Sie“ oder „Er“ selbst ist, dann erwächst eine synergetisch bunte Vielfalt in unserer komplexen Gesellschaft. Kein „Schwarz“ oder „Weiß“, welche gemeinsam eine graue, zähflüssige Masse, überdeckt von einem unerträglichen Spannungsfeld, ergeben.

Mit herzlichen Grüßen



Maximilian Steidl

www.b4-academy.com