

Welches Thema durfte in deiner Herkunftsfamilie nicht angesprochen werden?

Welche Eigenschaft(en) von dir fand(en) in deiner Familie keine positive Resonanz?

Was war die grösste zu begehende Verfehlung?

Was war die grösste zu erreichende gute Tat?

Welches Erlebnis aus deiner Kindheit würdest du gerne ungeschehen machen?

Welches Erlebnis aus dieser Zeit bewahrst du dir als Schatz?

Was war dein schönster Moment mit deiner Mutter?

Was war dein schönster Moment mit deinem Vater?

Was hast Du von deiner Mutter gelernt – welche Eigenschaft(en) von ihr hast du übernommen?

Was hast Du von Deinem Vater gelernt – welche Eigenschaft(en) von ihm hast du übernommen?

Welchen Stellenwert und welchen Charakter hatten »die anderen«, die Welt ausserhalb in deiner Familie?

Welches Muster aus der Geschichte deiner Familie wiederholt sich in deinem Leben?

Was traust du dir selbst seit deiner Kindheit nicht zu?

Welches Potential an dir möchtest du als nächstes entwickeln, in die Welt bringen?



Vier Erfahrungen*

**Die da sind,
sind genau die Richtigen.**

**Was auch immer geschieht,
es ist das Einzige,
das geschehen konnte.**

Es fängt an, wenn die Zeit reif ist.

**Vorbei ist vorbei. –
Nicht vorbei ist nicht vorbei.**

* frei nach Harrison Owen



Es ist immer alles authentisch.

**Aussehen ist wesentlich,
es macht das Wesen sichtbar.**

**Wie es aussieht
ist jedoch nicht wesentlich,
sondern wie es wirkt.**