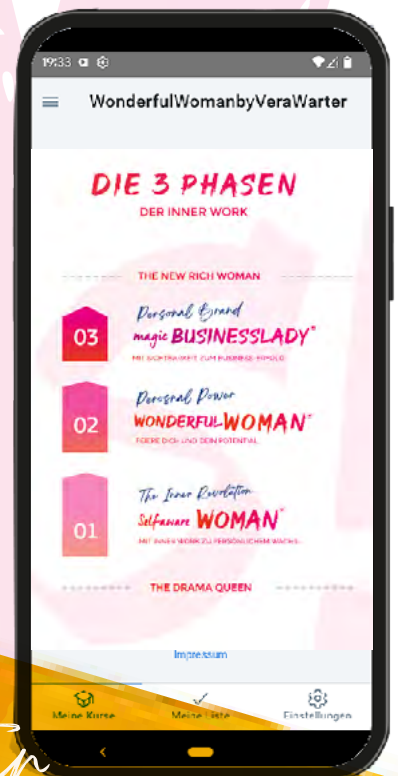


21

ANZEICHEN DAFÜR, DASS DEINE
WEIBLICHE ENERGIE BLOCKIERT IST
UND WIE DU SIE WIEDER
IN DEN FLOW BRINGST

+ Die 5 Archetypen der Inner Work
für dein persönliches Wachstum



Vera Warten

Veränderung ist nicht einfach.
Aber für diejenigen von uns,
die bereit sind, Zeit und Mühe
zu investieren, ist es ein großer
Schritt in der Evolution.

Ich freue mich so sehr, dass du
das liest und kann es kaum er-
warten, dir dabei zu helfen, den
Wandel zu vollziehen, von dem
du weißt, dass du ihn brauchst.

ICH VERÄNDERE MICH, INDEM ICH ANERKENNE, WER ICH JETZT GERADE BIN.

Der Durchschnittsmensch verbringt sein ganzes Leben mit der gleichen gewohnheitsmäßigen, unterbewussten Programmierung, die in der frühen Kindheit festgelegt wurde. Das bedeutet, dass wir Milliarden von Erwachsenen haben, die mit der unterbewussten Programmierung eines Kindes herumlaufen!

Wie die meisten wirst du niemals das volle Potential deines Verstandes erreichen, wenn du nicht aufwachst und erkennst, dass der menschliche Verstand die Fähigkeit hat, große Veränderungen zu bewirken. Du hast die Fähigkeit, deine gesamte menschliche Lebenserfahrung mit zu erschaffen!

Deine nächsten Schritte, nachdem du die Reise der Inneren Arbeit in Gang gebracht hast, sind entscheidend für deine Evolution.

ES GIBT DURCHAUS SINNVOLLERE DINGE

Es ist an der Zeit, dich zu erheben und deine nächste Evolutionsstufe zu begrüßen

Was ist verletzte oder blockierte weibliche Energie?

In der heutigen hektischen Kultur, der diffusen Wahrnehmung von Gefühlen und dem Konkurrenzdenken finden viele Frauen nur schwer Zugang zu ihren weiblichen Seiten, weil sie sich so sehr auf die männlichen Eigenschaften verlassen, um erfolgreich zu sein.

Aber die Fähigkeit, auf deine weiblichen Eigenschaften zuzugreifen, ist sowohl für Männer als auch für Frauen wichtig. Und die Anzeichen dafür zu erkennen, dass deine weibliche Energie blockiert ist, ist wichtig für deine geistige und emotionale Gesundheit.

Blockierte weibliche Energie ist das, was geschieht, wenn du nicht in der Lage bist, deine männliche und weibliche Seite in Einklang zu bringen. Wenn du deine göttliche, weibliche Energie vernachlässigst, kann das dazu führen, dass du gestresst bist, dich überfordert fühlst und keinen Kontakt mehr zu deinem wahren Selbst hast.

Eine Behinderung der weiblichen Energie kann im natürlichen Fluss des Lebens geschehen, wo du die männlichen Anteile deiner Persönlichkeit einsetzen musst, um weiterzukommen.

Deshalb entscheiden manche Menschen strategisch, dass das Männliche das ist, was sie brauchen, um im Moment präsent zu sein, und unterdrücken absichtlich alle Zeichen der Weiblichkeit.

In einer Gesellschaft, die von Männern dominiert wird, ist es für Frauen leicht, die Männlichkeit zu imitieren, um Gleichberechtigung oder einen Platz am Tisch zu erreichen. Erfolg wird als die Fähigkeit gesehen, materielle Dinge anzuhäufen und sich einen Ruf als harte Arbeiterin oder Überfliegerin aufzubauen. Du wurdest darauf konditioniert, deine „weiche“ und „emotionale“

weibliche Energie zugunsten des männlichen Verhaltens zu unterdrücken. Diese Programmierung lebt als Verkörperung in unserem Nervensystem. Einiges davon ist nützlich, anderes ist überholt – aber alles fühlt sich sehr angenehm an, also behalten wir es bei.

Deshalb fühlen wir uns in neuen Situationen sehr unwohl. Denn das Nervensystem mag keine neuen Umgebungen, die sein Überleben bedrohen. Die Bedrohung ist natürlich nicht real, aber der ursprüngliche Teil von uns würde lieber kein Risiko mit etwas eingehen, das neu für ihn ist. Er möchte lieber in der vertrauten Vergangenheit "sicher" und bequem sein, als sich in eine neue Realität zu begeben.

Der Mensch ist nicht auf Glück eingestellt, sondern auf das Überleben. Wenn wir also versuchen, unser Leben mit den 5 % des bewussten Verstandes zu verbessern, entscheiden die 95 % des Unterbewusstseins darüber, ob sich das, was wir uns wünschen, tatsächlich manifestieren wird.

Deshalb versuchen wir, abzunehmen und nehmen dann wieder zu. Oder wir lernen einen anständigen Mann kennen, finden ihn dann aber langweilig und fühlen uns zu den "bösen Jungs" hingezogen. Oder wir arbeiten hart, um Geld zu verdienen, und haben dann nichts vorzuweisen. Wir kehren immer wieder zu dem zurück, was uns vertraut ist.

Stell dir dein Nervensystem als einen Behälter vor, der erweitert werden muss, um mehr "Saft" im Leben aufzunehmen.

Auf Seite 19 findest du ein "Diagramm", das dir helfen soll, dein derzeitiges Selbstbild oder die Art, dich in der Welt zu zeigen, zu bestimmen.

21
Anzeichen
dafür, dass
deine
weibliche
Energie
blockiert
ist

Sei ehrlich zu dir!

1. Du hast aufgehört, dich um dich selbst zu kümmern.

Weiblichkeit ist weich, pflegend und sanft. Wenn du Probleme damit hattest, Grenzen zu setzen und dich dabei vernachlässigt hast, kann deine Weiblichkeit blockiert sein. Es ist an der Zeit, dass du lernst, „Nein“ zu sagen, ohne dich schuldig zu fühlen. Entspann dich. Mach die Selbstpflege zur Angewohnheit, denn wer weiß besser, was du brauchst?

2. Du glaubst, du kannst alles alleine.

Weiblich zu sein bedeutet Zusammenarbeit, Teilen und Diplomatie. Die männliche Energie muss kontrollieren, will führen und ist eher handlungs- als menschenorientiert.

3. Du siehst Weiblichkeit als Schwäche auf dich wirken.

Einigen von uns wurde von der Gesellschaft eine Gehirnwäsche verpasst, die uns glauben lässt, dass weibliche Energie mit Minderwertigkeit oder Schwäche gleichzusetzen ist. Aufgrund der Fehlinformationen, die wir erhalten haben, versuchen wir, männliche Züge zu zeigen.

Es ist nicht deine Schuld, aber du hast die Macht, deine Denkweise zu ändern. Mitgefühl, Einfühlungsvermögen und Kreativität sind notwendig, um die vielen Herausforderungen des Lebens zu meistern. Füge sie zu deinen Bewältigungsmechanismen hinzu.

4. Deine Intuition ist gestört.

Das meiste, was Menschen in der Welt tun, wird von unserer Intuition geleitet. Ohne sie bist du nicht in der Lage, deinen eigenen Gedanken und Gefühlen zu vertrauen. Die weibliche Energie verlässt sich auf die Intuition, um dir bei Entscheidungen zu helfen.

5. Du versuchst immer, dich zu beweisen.

Männlichkeit konzentriert sich auf Konkurrenzdenken und die Fähigkeit, sich zu beweisen. Wenn du dich dabei ertappst, dass du ständig versuchst, deinen Wert durch Leistungen zu beweisen, kann das deine weibliche Energie blockieren. Bei der Weiblichkeit geht es mehr darum, wie du dich fühlst, als darum, was du getan oder zu ihnen gesagt hast. Sie ist hilfsbereit und will, dass alle gewinnen.

6. Du bist immer „on“.

Fühlst du dich, als würdest du etwas Wichtiges verpassen, wenn du dir Zeit nimmst, um einfach nur zu sein? Fühlst du dich, als ob du gegen die Zeit anrennst und andere Leute Zeit zu verschwenden haben? Maskuline Energie wird davon geleitet, Dinge um jeden Preis zu erledigen. Weibliche Energie ist das Bedürfnis, sich um sich selbst zu kümmern und andere zu stärken, indem du Chancen weitergibst, statt sie für dich selbst zu beanspruchen.

7. Du fühlst dich stärker, wenn du männlich handelst und dich männlich fühlst.

Frauen, die in der Vergangenheit beruflich oder privat ausgenutzt wurden, können eine männliche Schale entwickeln, die nur schwer zu knacken ist. Harte Schale, weicher Kern, hm?! Sie glauben, dass sie ihre Weiblichkeit unterdrücken, um sich zu schützen.

Aber Schutz bedeutet nicht nur, sich vor äußeren Dingen zu schützen. Weiblichkeit schützt dich auch von innen, indem sie dir erlaubt, dich selbst zu lieben und für dich zu sorgen. Ein gesunder mentaler und emotionaler Zustand ist der ultimative Schutz.

8. Du fühlst dich nicht mehr sexy oder sinnlich.

Weibliche Sexualität oder Sinnlichkeit hat nichts mit Sex zu tun, sondern ist eher mit Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein verwandt. Deine weibliche Seite ist die Quelle, die die natürliche Sinnlichkeit, die du mitbringst, stark macht. Wenn du dich in diesen Tagen nicht sexy oder sinnlich fühlst, könnten deine männlichen Züge deine weibliche Energie überwältigen.

9. Du bist ein Magnet für verweichlichte Männer.

Hast du in jeder romantischen Beziehung immer „die Hosen an“? Du könntest Männer anziehen, die mehr mit ihrer eigenen weiblichen Energie im Einklang sind und denen die Männlichkeit fehlt, um sie auszugleichen. Männer, die Probleme damit haben, ihre männliche Energie anzunehmen, fühlen sich von Natur aus zu Frauen hingezogen, die mehr als ihren Anteil an „männlichen“ Eigenschaften haben. Diese Dynamik ist dysfunktional und ist kein Erfolgsrezept für dein Leben in der Liebe.

10. Die meisten deiner Freunde sind Männer.

Du kennst es, das Mädchen, das immer mit den Männern abhängt und behauptet, sie käme mit ihnen einfach besser aus. Manchmal wird angenommen, dass sie nur im Mittelpunkt stehen will. Doch das kann es nicht sein. Wenn deine Weiblichkeit blockiert ist, können dich Frauen und die weibliche Energie unangenehm machen. Du hast die Männlichkeit zu deiner Komfortzone gemacht. Verbringe Zeit mit ermächtigten Frauen, um deine Weiblichkeit besser zu verstehen und dich mit ihr zu verbinden.

11. Du hast kein Interesse daran, Ehefrau oder Mutter zu sein.

Kinder zu haben ist nicht für jeden etwas und das ist nicht immer mit einer Blockade deiner weiblichen Energie verwandt. Aber es gibt einige Frauen, die sich einfach nicht als Ehefrau oder Mutter sehen können – und das ist in Ordnung. Problematisch wird es dann, wenn der Grund dafür in deinen negativen Gefühlen über die Rolle der Ehefrau und Mutter liegt. Wenn du diejenigen, die die Mutterschaft oder die Ehe anstreben, als nachteilig ansiehst, kannst du mit deiner weiblichen Seite in Kontakt treten.

12. Du denkst, dass Leiden zum Prozess dazugehört.

Sprüche wie „ohne Fleiß kein Preis“ oder „wenn es hart auf hart kommt, gehen die Harten“ haben ihre Wurzeln in patriarchalen und männlichen Eigenschaften.

13. Du bist aggressiv.

Die Verwendung des Begriffs „aggressiv“ in Bezug auf Frauen ist umstritten. Natürlich hat die Unternehmenskultur dazu geführt, dass Frauen bei der Arbeit durchsetzungsfähiger sein müssen.

Aber aggressiv zu sein, um das zu bekommen, was dir zusteht, hat negative Auswirkungen auf dich und alle um dich herum. Man kann gar nicht genug betonen, wie wichtig es ist, ruhig und besonnen zu bleiben.

Bleibe in privaten oder beruflichen Situationen in einem ausgeglichenen Zustand der Gelassenheit. Wenn du das Gefühl hast, dass du deine Männlichkeit anzapfen musst, um gesehen und gehört zu werden, bist du wahrscheinlich am falschen Ort.

14. Es ist dir egal, ob du schön bist.

Dich von deiner besten Seite zu zeigen, wenn es um dein Aussehen geht, ist ein Akt der Selbstpflege. Manche sehen Schönheit als oberflächlich an, aber ein Ritual der Hautpflege und Selbstliebe ist für die weibliche Energie unerlässlich.

Wenn du dich nicht darum kümmerst, wie du aussiehst, kann das ein Zeichen dafür sein, dass deine Weiblichkeit blockiert ist. Fange an, Selbstpflege in dein alltägliches Leben einzubauen. Wenn du dich nicht um dich selbst kümmerst, wer dann?

15. Du schätzt keine Ruhe, Alleinsein – der Horror.

Es gibt keine wichtigere Form der Selbstpflege als Ruhe. Und sie muss nicht zwischen den von der Gesellschaft vorgeschriebenen Zeiten liegen. Wenn du dich schuldig fühlst, weil du nichts tust, ist deine weibliche Energie

blockiert. Eine angemessene Auszeit ist wichtig für deine Gesundheit und dein Wohlbefinden. Höre auf deinen Körper und lass ihn dir sagen, wann du Ruhe brauchst. Weiblichkeit drängt nicht nach vorne, koste es, was es wolle. Wir stellen uns selbst an die erste Stelle.

16. Du vergleichst dich mit Männern.

Männer und Frauen sind von zwei verschiedenen Planeten, so scheint es. Vergleiche sind schlecht für das Selbstwertgefühl und das Ego, aber besonders schlecht ist es, wenn du dich mit Männern vergleichst, weil du nie gewinnen kannst.

Frauen haben Kinder, führen einen Haushalt und kümmern sich um ihre Kinder, während sie gleichzeitig beruflich aufsteigen. Das Bedürfnis, deine Fortschritte mit denen von Männern zu vergleichen, ist ein eindeutiges Zeichen dafür, dass deine weibliche Energie blockiert ist.

17. Du bist ständig erschöpft und überwältigt.

Wenn deine weibliche Energie blockiert ist, kann sich das Leben banal anfühlen. Tag für Tag kannst du einfach nur durch die Arbeit gehen, um zu erledigen, was zu tun ist. Das kann überwältigend und anstrengend sein. Wenn du dich von deiner weiblichen Energie leiten lässt, hilft dir das, dich zu einer Priorität zu machen und die Dinge in dein Leben zu bringen, die dich glücklich machen.

18. Du setzt ein fröhliches Gesicht auf, egal wie du dich fühlst.

Die Männlichkeit hat jedes Zeigen von Gefühlen als Schwäche auf dich abgewälzt. Statt dich gegen Dinge zu wehren, die dir nicht dienlich sind, schluckst du sie hinunter und machst weiter.

Wenn du deine weibliche Energie freisetzt, wirst du das Selbstvertrauen haben, deine Meinung zu sagen, wenn du nicht einverstanden bist, und den Tisch zu verlassen, wenn dir eine Situation nicht mehr passt.

19. Du hast Probleme mit romantischen Beziehungen.

Wenn du dich auf Leistung und Weltherrschaft konzentrierst, werden natürlich andere Bereiche deines Lebens darunter leiden. Wenn du knietief darin steckst, dich der Welt zu beweisen, wird dein Leben in der Liebe darunter leiden.

Wir Frauen können im Leben alles erreichen, was wir wollen, aber diese Errungenschaften müssen mit unseren persönlichen Wünschen und unserem Bedürfnis nach Liebe, Unterstützung und einem weichen Ort, an dem wir am Ende des Tages landen können, in Einklang gebracht werden.

20. Du versuchst, das Leben zu kontrollieren.

Kontrolliertes Verhalten ist stressig und ermüdend. Wenn du nie die Zügel aus der Hand geben und jemand anderem die Führung überlassen kannst, kann deine weibliche Energie blockiert sein.

Weibliche Energie ist das Vertrauen darauf, dass alles, was sein soll, auch sein wird, und dass deine Intuition dich in die richtige Richtung führen wird.

21. Perfektionismus ist dein zweiter Nachname

Dein Glaubenssatz: „ICH REICHE NICHT“. „ICH BIN NICHT GUT GENUG“.

Du bist in deinem Selbstwert verunsichert, weil du in deinem Bedürfnis nach Anerkennung frustriert wurdest. Nichts ist dir gut genug. Du suchst die Schuld immer bei anderen. Nie zufrieden oder gar glücklich, denn Fehler machen angreifbar und müssen vermieden werden.

*Wie man die weibliche Energie
behebt oder entblockiert?*

Um deine weibliche Energie zu befreien, musst du dich von deinen einschränkenden Glaubenssätzen befreien. Und dich wieder rückerinnern, was es bedeutet, eine Frau zu sein und wie stark deine Weiblichkeit ist.

Bringe neue Dinge in dein Leben, wie Freunde, Hobbys und Angewohnheiten, die deinen Energiewandel unterstützen. Am wichtigsten ist es, praktische Übungen zur Selbstpflege zu machen. Mache dich selbst und deine körperliche, geistige und emotionale Gesundheit zur obersten Priorität.

*Starte deine innere Arbeit und
verwirkliche dich selbst*

Starte deine Inner Work!

Der aktuelle Zeitgeist des „männlichen Tun-Tun-Tun“ ist ein Phänomen, das sich auf das Streben nach Leistung, Erfolg und Perfektion bezieht. Viele von uns fühlen sich oft unter Druck gesetzt, im Beruf und in ihren persönlichen Beziehungen erfolgreich zu sein. Dies kann zu einer Abhängigkeit von der Anerkennung und Bestätigung von anderen führen und kann auch dazu führen, dass wir uns selbst permanent unter Druck setzen, immer besser zu sein.

In Bezug auf die Zukunft, kann dieses Streben nach Leistung und Erfolg dazu führen, dass wir unsere Gegenwart vernachlässigen und uns ständig eben auf die Zukunft konzentrieren, anstatt im Hier und Jetzt zu leben und zu genießen. Und mir ist wichtig hier zu betonen, dass jeder Mensch sein eigenes Tempo und seine eigenen Prioritäten hat und dass es wahrlich nicht darum geht, Leistung und Erfolg zu verurteilen. Wie definierst du Erfolg für dich?

*Was können wir Frauen also „TUN“
um wieder mehr in unsere weibliches
Sein zu transformieren?*

Stell dir mal vor: Wenn wir unsere eigenen vertrauenswürdigen Beraterinnen sind, haben wir erkannt, dass wahrer Erfolg in unserem Leben eine Frage der inneren Haltung ist. Wir fühlen uns mutiger Risiken einzugehen und unsere Träume zu verwirklichen. Wir nutzen unsere innere Weisheit und Intuition, um unsere Ziele zu erreichen, Entscheidungen zu treffen und Herausforderungen zu meistern. Wir verstehen, dass unsere Gedanken und Glaubenssätze die Art und Weise beeinflussen, wie wir die Welt sehen und wie wir handeln. Wir erkennen, dass wir alles in uns haben, was wir brauchen, um erfolgreich zu sein. Wir erkennen, dass wir diejenigen sind, die Macht haben, unsere Zukunft zu gestalten.

Nicht die Welt ist also das Problem. Das war sie nie. Sondern immer nur unser Blick darauf.

Unsere interessanten Ansichten auf die Welt, auf unseren Körper, auf unser FrauSein, auf unser Business, auf unser Selbstbild, auf unsere Mitmenschen usw.

Wir Frauen können im Leben alles erreichen, was wir wollen, aber diese Errungenschaften müssen mit unseren persönlichen Wünschen und unserem Bedürfnis nach Liebe, Unterstützung und einem wohlwollenden Ort, an dem wir am Ende des Tages ankommen können, in Einklang gebracht werden.

Es liegt am Verhalten jedes einzelnen Menschen wie die Welt ist. Also auch an dir! Das ist die Antwort, die wir auf unser Hier sein geben, und das ist die Verantwortung, die es mit sich bringt im Leben zu sein. In einer lebenswerten Welt leben zu wollen, heißt also, selbst dafür gerade zu stehen. Das heißt, wach zu sein, achtsam zu sein und mitfühlend (nicht mitleidend) und anwesend, in guten und schlechten Tagen. Die Welt geht uns etwas an. Die Zukunft geht uns etwas an, weil das unsere Welt ist. Wir sind Leader der neuen Zeit. Einer bewussten Welt. Wir sind die Welt. Die Welt hat den Wert, den wir ihr geben.

Der erste Step ist immer deine INNER WORK, das ist das Fundament deines Lebens. Oder würdest du ein Hochhaus betreten, das im Fundament instabil gebaut ist? Nein, also: Ohne gibt es nicht!

Solange du nicht weißt, wer du bist, wie du tickst und was deine Wünsche und Sehnsüchte sind, was DICH erfüllt, ohne alles außenrum - ohne dieses Wissen und das „Wie hätte ich es gerne“ geht gar nichts.

Dadurch, dass wir 30 bis 40 Jahre konditioniert sind auf kollektiv gesellschaftliche Glaubenssätze und Konditionierungen, benötigt es regelmäßig, diszipliniertes Training, um das neue Mindset zu verfestigen, um immer mehr in der Energie bleiben zu können.

Inner Work wird zu deinem Daily Tool!

WWW.WONDERFULWOMAN.DE/TEHINNERREVOLUTION





**WWW.WONDERFULWOMAN.DE/
BESTSELLER**

DIE 3 PHASEN

VOM DRAMA ZUR SINNERFÜLLUNG

THE NEW RICH WOMAN

03

Profit

magic **BUSINESSLADY**®

MIT SICHTBARKEIT ZUM BUSINESS-ERFOLG

02

Passion

WONDERFUL WOMAN®

FEIERE DICH UND DEIN POTENTIAL

01

Power

Selfaware **WOMAN**®

MIT INNER WORK ZU PERSÖNLICHEM WACHSTUM

THE DRAMA QUEEN

Lerne alles über die 5 Archetypen der Inner Work für dein persönliches Wachstum

ES IST IN ORDNUNG DU ZU SEIN!

Ich weiß! Wir alle haben die Illusion genährt, dass wir einfach mehr brauchen. Aber für die meisten von uns steckt das Streben nach mehr in einer erschöpfenden Schleife des Versuchs, mehr zu tun und mehr zu sein (von dem, was sich nicht unbedingt wie wir anfühlt), damit wir mehr (Geld) verdienen und mehr (Dinge) haben können.

Glaube mir - du kannst immer noch erfüllt sein, während du einfach du selbst bist.

Beginne damit, DICH ALS FRAU in der Tiefe deines Seins zu erkunden. Zuviel Missverständnisse und Ansichten gibt es zum FrauSein und Mann-Sein. Es geht hier nicht um Feminismus. Es geht einfach um dich. Dich als Individuum. Jede Frau ist EINZIGARTIG.

Am Ende des Tages ist es wirklich wichtig, mit Mitgefühl im Herzen zu leben, sich selbst wirklich zu lieben und in Integrität mit sich selbst und den Menschen zu sein, die einem wichtig sind.

Wenn ich sterbe, möchte ich als jemand in Erinnerung bleiben, der so geliebt hat. Und vor allem jemand, der auch andere dazu inspiriert hat.

Es gibt oft "Phasen", wenn wir uns bewegen und in unsere nächste Stufe der bewussten Evolution wechseln. Es ist völlig normal ist, sich "zwischen" zwei Stufen zu befinden oder als Teil deiner journey zwischen Stufen hin und her zu wechseln.

DIE 5 ARCHETYPEN

DER INNER WORK

THE NEW RICH WOMAN

AUTORITÄT: Selbsthingabe

Als Magic Millionaire lebt sie in göttlicher Ausrichtung ihre hohe Schwingung und ist völlig eins mit der Göttlichkeit. Sie weiß, dass sie das Universum ist, sie ist Liebe, eine Lichtkriegerin. Sie versteht, dass Geld Energie ist und dass sie ein Creator ist. Sie ist eine Einheit mit allen Dingen. Als Göttin in menschlicher Manifestation führt sie das kollektive Bewusstsein auf große neue Ebenen.

THE BUSINESS LADY

AUTORITÄT: Selbstverwirklichung

Die BusinessLady liebt ihre Königinnen Macht. Gekonnt setzt sie ihr Potential für die Menschheit ein, sie versteht es zu dienen, weil sie mit sich im Reinen ist, in Liebe, im Frieden. Sie versteht es, ihre männliche Seite für ihre Struktur einzusetzen und ihre weiblich kreative Seite spielerisch auszuloten. Sie liebt ihr Business und lebt den Lifestyle ihrer Träume in allen Beziehungen.

THE WONDERFUL WOMAN

AUTORITÄT: Selbstbestimmung

Die WonderfulWoman lebt und liebt ihren Goddess Flow! Sie hat ihre Göttliche Anbindung als multidimensionales Wesen erkannt. Intuitiv und völlig empfänglich für ihre Spirit Guides ist sie eine Königin der Manifestation. Ihre männliche und weibliche Energie ist völlig in Balance bzw unter "emotional control". Sie ist verletzlich, sinnlich und voll und ganz in ihrer unglaublichen Würdigkeit verankert. Ihr Herzzentrum ist offen und sie lebt ihr Design mit Herz und Verstand.

THE SELFAWARE WOMAN

FLIGHT-MODUS: Flucht | AUTORITÄT: Selbstsabotage

Die Selfaware Woman ist sich ihrer Muster und Gewohnheiten bewusst. Sie erkennt ihre Auslöser und arbeitet aktiv daran, ihre neuronalen Bahnen neu zu verdrahten. Durch harte Arbeit und Entschlossenheit holt sie sich ihre persönliche Macht zurück. Sie agiert aus einer überentwickelten männlichen Energie. Das Herzzentrum beginnt sich zu öffnen, während sie empfänglicher wird.

THE DRAMA QUEEN

FIGHT-MODUS: Kämpfen | AUTORITÄT: Opferdasein

Die Drama Queen bezeichnet das Stadium der Opferrolle. Sie hat keinen Sinn für Verantwortung und hat ihre persönliche Macht an Menschen, Orte und Umstände abgegeben. Sie ist süchtig nach Dramen, Selbstgesprächen und hat ein geringes Selbstwertgefühl. Das innere Kind ist diejenige, die ihr Leben lebt. Sie ist nicht empfänglich für Liebe aufgrund eines eingemauerten Herzzentrums.

DIE DRAMA QUEEN

Das Kokain einer DramaQueen ist das Drama. Sie ist wahrlich abhängig vom Leiden. Die DramaQueen ist immer auf der Suche nach dem nächsten Schuss. Die DramaQueen ist im Grunde ein Junkie! Sie weiß nicht, dass sie süchtig nach Drama ist und wenn jemand versucht sie zu wecken, ist sie noch nicht die selbstbewusste Frau, die ihre Wahrheit reflektieren und dankbar annehmen kann.

Wenn jemand versucht, sie zu erwecken, wird sie versuchen, diejenige Person ins Drama zu verwickeln, um es in deren Leben und in deren Feld zu bringen.

Sie will das Drama steuern. Sie ist so sehr süchtig nach Leiden, dass sie dieses Drama bis zum Ende durchziehen wird. Shaming und Blaming sind ihre Welt der Gespräche.

Wenn sie nicht genug vom Leidensdruck im Umfeld bekommt, tritt sie Gruppen bei, wo sie ihr „Koniak des Leidens“ bekommt! Sie chattet, kämpft und streitet in Kommentaren und in Gesprächen. Sie lenkt die Dinge: wenn es nicht genug Drama gibt, wird sie Drama schaffen, indem sie Dinge schreibt, sagt, postet. Sie will Aufmerksamkeit.

Die DramaQueen initiiert Streit und Konflikt, um Aufmerksamkeit zu bekommen. Es ist ihr Schrei nach Liebe. Ihr Schrei nach

Selbstliebe, nach Anerkennungen, nach gesehen, gehört werden. Nach einer Umarmung. Sie ist emotional steif, abgehärtet.

Die harte Schale will sie nicht öffnen.

Dramatisch wird es wenn sie „überredet“: ihre Kinder, ihren Mann, ihr Umfeld. Sie redet und redet und redet. Reden ist für sie die billigste Form für das „Ausspucken“ ihrer festgefahrenen Emotionen. Wenn nicht gespurt wird, fährt sie aus der Spur.

Schreien, wahre Hilflosigkeit. Wenn es nicht funktioniert, wie sie es will, nach dem straffen Zeitplan, oh weh. Sie ist diejenige die den anderen das Leben diktiert. So und nicht anders. Sie liebt die Kontrolle, den Perfektionismus. Sie liebt das Reden über ihre Probleme, Krankheiten.

Die DramaQueen liebt ihre Opferrolle!

Sicherheit im Außen, ist das, an was sie festhält. Sie ist nicht bereit zu reflektieren. Stille und Innenschau sind für sie der Killer. Das würde ihre Verletzlichkeit zum Vorschein bringen. Sie sucht immer nach Schuldigen. Die Eltern, der Mann, das Kind, der Chef. Sie verlangt Entschuldigungen von anderen ein. Das ist der nächste Ego-Schuss. Rechthaben wollen. Dann ist sie befriedigt. Bis die Wirkung nachlässt und sie den nächsten Schuss braucht. Wie ein Pulverfass. Sie wartet förmlich darauf, dass jmd. was sagt oder tut, woraus sie Drama formen kann.

Und diese Geschichten, diese selbst kreierten Dramen erzählt sie dann anderen DramaQueens. Denn sie will Bestätigung. Sie will die Horde um sich, die mit bewertet, die mit ihr urteilt. Und sie erzählt sich selbst ihre Lügengeschichten. Immer und immer wieder. Damit nährt sich ihr Niedrigschwingendes Energiefeld weiter und weiter. Sie fühlt sich darin so pudelwohl, dass sie es selbst nicht merkt.

Selbstlügen, das ist es was ihr Unterbewusstsein liebt. Weit entfernt von emotionaler Reife. Sie liebt emotionale Abhängigkeit, weil es der einzige Weg für sie ist, wenn sie Wut, Trauer, Zorn spürt, um sich überhaupt zu spüren. Wenn sie nicht kontrollieren kann, fühlt sie sich machtlos. Sie ist diejenige, die aus dem verletzten Kind heraus agiert, sie fährt alle Schutzstrategien zum Kampf auf.

Anstrengung macht sich breit. Manchmal durch einen Schicksalsschlag oder durch Krankheitsdiagnosen bekommt sie einen Weckruf. Das ist ihr Segen.

ZUM WEINEN GEHT SIE IN DEN KELLER.

Unterstützung annehmen, Dankbarkeit, Bewusstsein sind keine Worte, die aus ihrem Mund kommen.

Wenn eine DramaQueen vor dir sitzt und weint, denk daran, dass Weinen einer der heilsamsten Wege ist, um Energie freizusetzen, die in ihrem Körper feststeckt. Sie wird aus dieser „Weinensitzung“ als eine

völlig andere Person aufwachen.

Es ist das Loslassen. Weinen ist wie sich hingeben, es ist wie sich der Hilfe hinzugeben. Wenn sie diesen Schritt schafft, sich öffnet, die Mauern sinken lässt, dann ist Hoffnung in Sicht.

**THERAPY BRINGS YOU TO RACE
COACHING WILL BRING YOU FINISH FIRST!**

DIE SELFAWARE WOMAN

Während also die Drama Queen süchtig ist nach ihrem Drama, ihr Leidensgeschmack ist das Drama, dann ist der Leidensgeschmack der SelfawareWoman harte Arbeit und Funktionieren. Es ist wie ein Gefühl von: Ich habe es nicht verdient. Ich kann das nicht bekommen und ich kann das nicht genießen, bis ich es mir verdient habe.

Eine SelfawareWoman ist der wahre DIY-ER. Sie hat Abschlüsse und Qualifikationen und fühlt sich trotzdem unwürdig. Sie hat immer das Gefühl, dass ihre Beziehungen nicht funktionieren, Die Selfware Woman ist die Frau, die eher bereit ist zu sagen: "Ich muss alles tun, um mir deine Liebe zu verdienen, weil ich weiß, dass ich nicht würdig bin".

Wahrscheinlich haben viele Frauen, wie ich auch, die meiste Zeit ihres Lebens im Modus der SelfawareWoman verbracht.

Sie denkt, dass sie sich alles verdienen muss, dass es sozusagen einen Preis zu zahlen gibt. Sie wird eine Krankheit manifestieren, irgendetwas, wo sie sagt: "Ich bin jetzt krank, deshalb ..." „Meine Krankheit lässt mich mein Elend verdienen, lässt mich Liebe verdienen“.

Was auch immer es ist, sie ist in der verletzten männlichen Energie. Sie ist nicht in der aktivierten Alpha-Energie.

Wenn ihr Mann ihr Blumen bringt, wird sie sich beschweren, dass er zu viel ausgibt. Diese Frau hat einen Dokortitel darin, es zu kompliziert zu machen. Wenn ihr Mann ein vollwertiger, gesunder Mann ist, wird sie ihn kontrollieren und sabotieren und unhöfliche Bemerkungen machen und sie wird einen Weg finden, damit es heißt: „Nimm mir das Vergnügen weg, ich verdiene es nicht. Nimm mir die Versorgung weg, ich fühle mich dessen nicht würdig.“

Sie hat eine Menge Informationen, also wird sie Spiritualität und Innenschau vortäuschen. Sie ist eine Königin der spirituellen Umgehung. Sie "weiß", sie ist im Verstand, aber sie hat keine Verkörperung.

Je mehr sie liest und je mehr sie lernt, desto überwältigter wird sie und je weniger sie verkörpert, desto härter muss sie

arbeiten, um verkörpert zu werden. Weil sie denkt, dass sie viel weiß, sagt sie ihrem Verstand immer wieder: „Ich weiß das, ich weiß das, ich weiß das und das“. Die Selfaware Woman verkörpert nie etwas. Sie redet immer von Spiritualität, aber praktiziert keine. Es ist, wie wenn sie permanent ihre Informationen ausspucken müsste.

Bei der SelfawareWoman kannst du spüren, dass sie eine Menge Angst hat, in der Art wie sie spricht. Alles ist schnell, sie ist sehr ungeduldig, sie muss sich wirklich schnell bewegen. Sie hat nie Zeit. Sie ist süchtig nach ihrer To-Do-Liste. Wie gejagt von einem Tiger, der sie jagt, als wäre das die eigentliche Geschichte, nur dass es keinen Tiger gibt, der sie jagt, sondern sie fühlt sich nur so.

Für die DramaQueen ist ihre Zeit vielleicht langsam, aber ihre Schwingung ist es auch. Es gibt einfach eine Menge Chaos und Drama.

Für die Selfaware Woman tickt ihre Zeit sehr schnell und ihre Schwingung ist niedrig. Ihr Wert ist nicht existent.

Für beide ist der Wert nicht existent.

Stellt sie sich der Herausforderung, dass Krankheiten ein großer Segen sein können, können sie für sie wie ein Weckruf sein, wenn sie sich entscheidet, sie anzunehmen.

*I am go going to be happy,
no matter what.*

Viele SelfawareWoman sehen sehr feminin aus, stecken allerdings in ihrer "Funktionieren"-Attitüde fest, was sie zumeist sehr angespannt, unruhig, ausgebrannt stimmt. Ihr Feuer der weiblichen Leidenschaft, wie erloschen. Um Energie freizusetzen müssen sich ihnen andere Wege zeigen. Sie darf erkennen, dass das „Ausspucken der Informationen“ nicht für sie selbst, sondern auch für andere Leute anstrengend ist: Sie muss sich erst einmal eingestehen, dass sie sich selbst sabotiert.

Hat sie die Selbstsabotage erkannt, die Sucht nach dem Funktionieren, die Sucht nach dem Kontrollieren, hat sie auch erkannt, dass sie zu viel in ihrer männlichen Energie agiert.

SELBSTERKENNTNIS IST DER ERSTE WEG ZUR BESSERUNG.

Sie wählt bewusst zu investieren, in ihre Heilung, das sich Ablösen von der Sucht dem Leiden, wandelt sie Schritt für Schritt in ihre neue Entscheidung, mit der sie sich auf den Weg der emotionalen Unabhängigkeit begibt.

DIE WONDERFUL WOMAN

Wenn du anfängst dich mit deiner Weiblichkeit zu verbinden, deine Weiblichkeit zu integrieren, das ist, wenn du wirklich anfängst, deine „innere Arbeit“ zu tun, Es geht hier nicht mehr darum, dass du 100 Bücher gelesen hast, es geht darum, dass du das Wissen wirst, dass du es verkörperst und integrierst.

Die WonderfulWoman hat sich entschleunigt, sie vergnügt sich, sie ruht sich aus. Sie nimmt ein langes Bad, sie nimmt Unterstützung an. Sie bittet Gott / Universum / Quelle um Unterstützung.

Ihr Leben ist geprägt von Losgelöstheit und Flow. Sie hat verstanden, dass Menschen kommen und sich auf sie einlassen und dann werden sie wieder gehen. Wie fließendes Wasser: sie lässt es reinkommen und lässt es raus. Manchmal wachsen Familienmitglieder auseinander, manchmal leben sich Liebende auseinander, weil sie nicht mehr auf der gleichen Frequenz schwingen. Eine WonderfulWoman

kontrolliert nicht mehr. Sie ist im Flow Modus. Sie hat sich geübt in Vergebung, in großartigen Wahlen, hat ausgemistet.

Sie hat schlicht für sich in der Tiefe erkannt, dass sie sich ständig neu erschaffen kann: Sie kann ihre Persönlichkeit verändern, ihr Aussehen, ihre Gene durch Epigenetik, ihre Gedanken. Ja, sie ist innerlich glücklich und kann dadurch sogar negative Erfahrungen genießen.

Sie lässt sich von ihrer Familie, Freunden und Mentoren unterstützen. Sie lässt sich vom ganzen Universum unterstützen und lieben, so dass sie ausruhen kann, empfangen kann. Sie hat die Schlüssel der Kommunikation integriert und verkörpert sie, so dass sie in ihrer Freude sein kann, so dass sie in ihrer Weiblichkeit sein kann, damit sie erschaffen kann, damit sie „gebären“ kann, damit sie sich voll und ganz unterstützt fühlen kann.

Ihre Zeit ist langsamer, ihre Schwingung ist hoch. Sie hüllt sich in Schweigen und spricht, wenn es an der Zeit ist, denn die WonderfulWoman beginnt zu erwachen in all diesen Stufen des göttlichen Bewusstseins, mit Hingabe, Urvertrauen, in ihrer weiblichen Urkraft.

DIE BUSINESS LADY

Die BusinessLady ist hier, um das kollektive Bewusstsein zu verändern und zu transformieren. Sie hat ihre Inner Work getan. Sie ist durch all die anderen drei „Stufen“ gegangen. Und sie weiß, um das Bewusstsein. Sie hat sich erlaubt unverschämt glücklich und erfolgreich zu leben, im Sinne von: Ja, ich verdiene Unterstützung.

„Danke für den Segen meines Lebens.
Mach mich bitte nützlich. Ich möchte ein klarer Kanal für dein göttliches Werk sein!
Ich bin bereit, meinen Teil zu tun.“

Sie läuft niemandem hinterher. Die Menschen kommen und finden sie. Die richtigen Leute suchen einfach und finden sie. Solange sie ausgerichtet bleibt, werden die Leute zu ihr finden. Sie hält ihre Schwingung hoch und hält einfach ihr Herz rein. Das ist es, was eine BusinessLady in ihrer Daily Inner Work tut!

Sie weiß um ihre Gaben & Talente, sie weiß, wer sie ist, wie sie tickt und was sie will und ihr ist klar: SIE will jetzt raus in die Welt, auf die Bühne, mit ihrer Mission.

Eine BusinessLady weiß um ihre männliche Unternehmensführung und ihr weibliches Empfangen. Sie kennt ihren Energieplan, hat Spaß an ihrer Sichtbarkeit.

Sie unterscheidet nicht mehr zwischen Leben und Arbeit. Sie lebt ihre Berufung und Arbeit fühlt sich jeden Tag an, wie ein kreatives Projekt. Sie weiß, was es heißt, mit Leidenschaft ihren Esprit auf die Bühne zu bringen und sie liebt es im Rampenlicht zu stehen! **TIME TO SHINE!**

Eine Businesslady hat ihre Lebensaufgabe gefunden, klar, fokussiert, diszipliniert. Sie ist dem Ruf ihrer Seele gefolgt und folgt ihrem "Stern" mit ihrer High Energy im Overflow und kann deswegen für andere dienen. Und das tut sie mit Freude. Sie ist magnetisch anziehend für alles, denn sie verkörpert ihre Mission. Die Beziehung zu sich, zu ihrem Business, zu ihrem Körper, zu Geld, zu ihren Mitmenschen hat sie geklärt.

Ihr wahres Leben ist ihr Business. Sie strotzt vor Klarheit und Liebe für ihren Beitrag für die Welt: Die Verkörperung all ihrer Talente, Gaben und ihres einzigartigen FrauSeins!

DIE NEW RICH WOMAN

Sie ist „erfolg+reich“, weil sie weiß, dass ihr Selbstwertgefühl und ihr Vermögen miteinander verbunden sind. Das ist die **NEW RICH WOMAN**. Sie hat die Energie von Liebe, Vergnügen und Geld entschlüsselt. Manche Frauen glauben, dass sie für Geld hart arbeiten müssen und erst dann Spaß haben können. Das haben sie beschlossen,

also müssen sie das tun, um an Geld zu kommen. Einige Frauen haben entschieden, dass sie einem Mann nachjagen müssen, der nicht will, dass sie Krümel seiner Aufmerksamkeit haben und sie lassen es zu.

Einige beschlossen, einen Versorger zu heiraten, aber sie müssen sich als Dienstmädchen bis auf die Knochen abarbeiten, um ihren Lebensunterhalt zu verdienen, und das ist es, was sie bekommen.

Du bist jetzt die **NEW RICH WOMAN**, die es leicht hat, die Spaß hat. Sie lebt im Einklang. Sie hat beschlossen, dass sie Leichtigkeit, Fluss, Liebe, Glückseligkeit, Freude und jede Menge Geld hat und es wirklich sehr, sehr spaßig und einfach sein wird, weil sie beschlossen hat, dass es Spaß macht, es auf diese Weise zu machen.

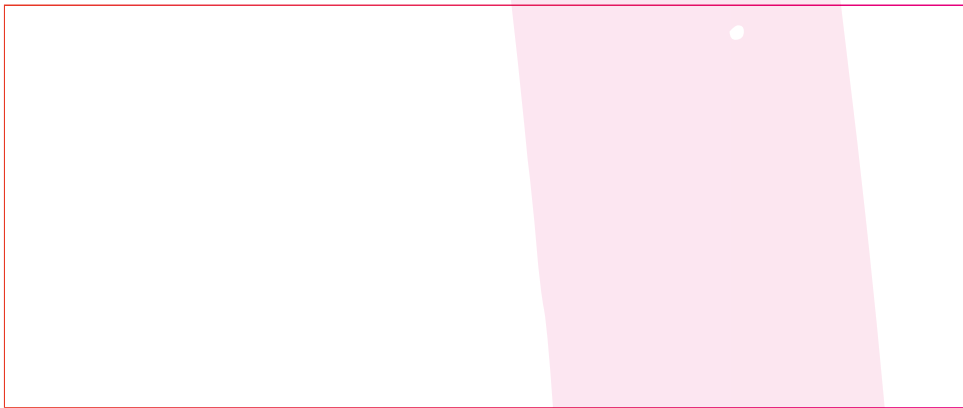
Sie beschließt, dass es Spaß macht, in allen Bereichen ihres Lebens Frieden zu haben, ihre besten Geschenke mit der Welt zu teilen, ihren Überfluss dem heiligen Dienst und der Inspiration für andere zu teilen.

Sie entscheidet sich, sie wählt und taucht ein in die Energie und Verkörperung der **Millionärsstimmung**.

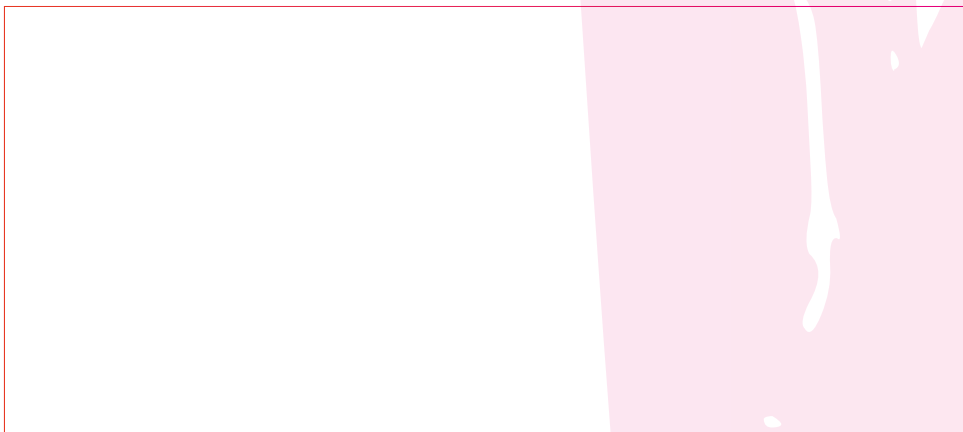
Sie weiß, wer sie ist in Wahrheit ist. Dass sie bereits reich ist. Sie wurde als Kind Gottes geboren. *Vertraue mir, wenn ich sage: Gott wird niemals ausgehen, Geld ist neutral und Gott ist Liebe.*

Beantworte gern die Fragen

**In welcher Phase deiner Inner Work befindest du dich?
Welcher Archetyp trifft am ehesten auf dich zu?
Sei ehrlich zu dir selbst.**



**Welcher Bereich deines Lebens hat für dich derzeit
Priorität? Bewerte den Lebensbereich von 1 bis 10.
1 = Tiefpunkt, 10 = ultimatives Ideal**



Welche Geschichte/Muster/Programmierung darf in den Fokus, um in diesem Bereich die nächste Stufe zu erreichen?

Was du nicht messen kannst, kannst du auch nicht ausbauen oder weiterentwickeln.

Schreib also so viele Muster auf, wie du kannst.



Welche großartige Wahl kannst du heute treffen, an die du bisher noch gar nicht gedacht hast, die dich in dein Next Level shiftet?



Wünschst du dir Hilfe bei deiner Inneren Arbeit?

Dann schau dir gerne meine Produkte, Online-Kurse und und Intensiv-Begleitungen an unter www.wonderfulwoman.de

**DIE WELT BRAUCHT STARKE,
KRAFTVOLLE, WEITERENTWICKEL-
TE GÖTTINNEN, DIE IN IHREM
SELBSTWERT VERWURZELT SIND,
DIE IN ALLEN BEREICHEN DES LE-
BENS REICHLICH VORHANDEN
SIND UND DIE IM WOHLBEFINDEN
VERWURZELT SIND.**

**JETZT IST ES AN DER ZEIT, AUS
DEM VERSTECK ZU KOMMEN
UND DEINE VOLLE PERSÖNLICHE
MACHT UND AUTORITÄT ZU
AKTIVIEREN.**

**SAG:
ICH BIN BEREIT,
MICH ZU ERINNERN, WER ICH BIN.
ICH BIN BEREIT FÜR DAS LEBEN
UND DIE LIEBE.**