

Christine Kranz



Tierisches Potenzial

Selbstreflexion mit Tierbildern

Erkenntnisse gewinnen

Potenziale entwickeln

Herausforderungen meistern

Symbolon Verlag

Table of Contents

Der Mensch ist Natur

Eine Reise nach innen

Die moderne Zivilisation

Zurück zum Wesentlichen

Tiere als Spiegel des Menschen

Mit Tieren Wesentliches erkennen

Die Tierwelt in ihrer symbolischen Bedeutung

Selbstreflexion anhand von Tierqualitäten

Die Entwicklung vom Hirschen zur Löwin

Die Integration von unterschiedlichen Eigenschaften und Begabungen

Selbstreflexion in der Praxis

Herausforderungen als Lernchancen nutzen

Die Botschaften der Tiere als Potenziale erkennen

Wertfrei das Bestehende infrage stellen

Anleitung für den Reflexionsprozess

In sechs Schritten zur Lösung

Reflexionsblatt für die Lösungsfindung

Reflexionsblatt für die Entscheidungsfindung (2 oder mehr Optionen)

Schritt 1 - Bestimmen Sie Ihren Bereich, Ihr Thema und Ihre Frage

Beispiele für Ihre Persönlichkeits- und Potenzialentwicklung

Beispiele für Ihr Privatleben

Beispiele für Ihr Arbeitsleben

Beispiele für Ihre Entscheidungsfindung

Beispiele für Ihre gemeinsame Entscheidungsfindung

Schritt 2 - Wählen Sie die Tiere

Schritt 3 - Tauchen Sie in Ihre Assoziationen zu den Tieren ein

Urheberrechtlich geschütztes Material

Schritt 4 - Leiten Sie die Qualitäten und Fähigkeiten der Tiere ab

Schritt 5 - Erkennen Sie Ihr Entwicklungspotenzial

Schritt 6 - Definieren Sie Ihre Schlussfolgerungen und Lösungsschritte

Mögliche Fragen

Ihre erfolgreiche Weiterentwicklung

Reflexionsblatt für die Lösungsfindung

Reflexionsblatt für die Entscheidungsfindung (3 Optionen)

Orpheus und die Tiere

Das Kunstwerk als Grundlage der Selbstreflexion

Das Kunstwerk in der Gesamtansicht und Ausschnitte mit Nummerierungen der Tiere

Die einzelnen Tiere mit Nummerierung und Bezeichnung

Anhang

Weiterführende Literatur

Bildnachweis

Unterlagen zur praktischen Anwendung

Praxisbuch zur Symbolon-Methode®

**Im Reich der Tiere wirkt die Urkraft der Natur.
Sich selbst darin zu erkennen, schafft Zugang zu
Potenzialen, ermöglicht Entwicklung, Wachstum
und Reifung.**

Immer mehr Menschen entfernen sich von ihren inneren Persönlichkeitsebenen und verlieren das Wesentliche aus den Augen. Dank der Selbstreflexion mit Tierbildern kann der Zugang zur eigenen Natur wieder hergestellt werden. Denn in der Tierwelt liegen Naturweisheiten, die in Vergessenheit geraten sind. Die Tiersymbolik macht sie sichtbar. Dieses Praxisbuch bietet eine berührende und spannende Entdeckungsreise in die eigene Persönlichkeit. Spielerisch, tiefgründig, überraschend.



Die Autorin

Die Liechtensteinerin Christine Kranz ist seit mehr als 30 Jahren Top Executive Coach und Gründerin der Symbolon AG. Im Jahr 2000 entwickelte sie die Symbolon-Methode® und führte als eine der Ersten die Selbstreflexion in der Wirtschaft ein. Sie ist Autorin mehrerer Fachbücher und Gastdozentin an verschiedenen Hochschulen und Universitäten. 2002 gründete sie die Symbolon-Academy, in der Fachkräfte aus Beratung, Training und HR-Bereich die Ausbildung, Lizenzierung und Supervision für die Symbolon-Methode® durchlaufen.

Mit ihrem Buch «Tierisches Potenzial» stellt sie eine umfassende und einfache Anleitung zur Verfügung, wie die wirkungsvolle und entwicklungsfördernde Reflexionsarbeit mit Tierbildern angewendet wird.

Christine Kranz steht Ihnen für Fragen gerne zur Verfügung. Sie ist auf Facebook, Twitter, XING und LinkedIn zu finden.

Urheberrechtlich geschütztes Material

Begriffsverwendung

Um den Lesefluss geschmeidig zu halten, wurde auf die Schreibweise, neben den männlichen jeweils die weiblichen Endungen anzuführen, verzichtet.

Besuchen Sie uns im Internet

www.symbolon.com

Impressum

© 2011 Symbolon Verlag

Symbolon AG, Tristelstrasse 33/1, FL-9497 Triesenberg

verlag@symbolon.com

2. überarbeitete Auflage 2020

Lektorat: Claudia Stoifl, A-Wien

Korrektorat: Jürgen Ehrmann, A-Wiener Neustadt, www.media-solutions.at

Umschlag, Layout & Satz: Charmian Wachter

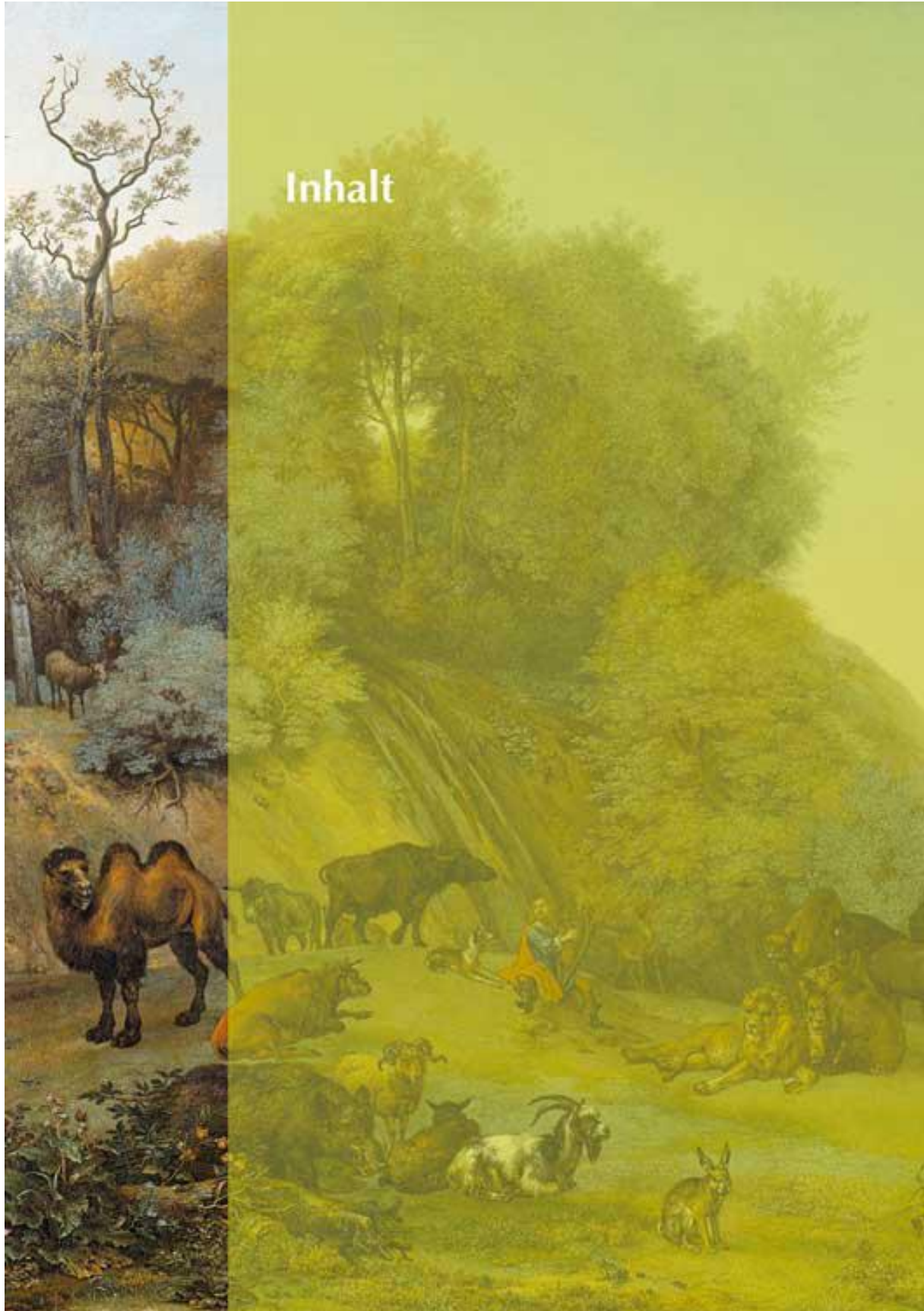
E-Book-Produktion: Andrea Matt, www.andreamatt.li

Urheberschutz

Das Werk ist einschließlich aller seiner Teile urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Deutsche Ausgabe e-Book: ISBN 978-3-9523631-3-3



Inhalt

Inhalt

Vorwort

Der Mensch ist Natur

Eine Reise nach innen

Die moderne Zivilisation

Zurück zum Wesentlichen

Tiere als Spiegel des Menschen

Mit Tieren Wesentliches erkennen

Die Tierwelt in ihrer symbolischen Bedeutung

Selbstreflexion anhand von Tierqualitäten

Die Entwicklung vom Hirschen zur Löwin

Die Integration von unterschiedlichen Eigenschaften und Begabungen

Selbstreflexion in der Praxis

Herausforderungen als Lernchancen nutzen

Die Botschaften der Tiere als Potenziale erkennen

Wertfrei das Bestehende infrage stellen

Anleitung für den Reflexionsprozess

In sechs Schritten zur Lösung

Schritt 1 - Bestimmen Sie Ihren Bereich, Ihr Thema und Ihre Frage

Schritt 2 - Wählen Sie die Tiere

Schritt 3 - Tauchen Sie in Ihre Assoziationen zu den Tieren ein

Schritt 4 - Leiten Sie die Qualitäten und Fähigkeiten der Tiere ab

Schritt 5 - Erkennen Sie Ihr Entwicklungspotenzial

Schritt 6 - Definieren Sie Ihre Schlussfolgerungen und Lösungsschritte

Mögliche Fragen

Ihre erfolgreiche Weiterentwicklung

Reflexionsblatt für die Lösungsfindung

Reflexionsblatt für die Entscheidungsfindung (2 Optionen)

Reflexionsblatt für die Entscheidungsfindung (3 Optionen)

Orpheus und die Tiere

Das Kunstwerk als Grundlage der Selbstreflexion

Das Kunstwerk in der Gesamtansicht und Ausschnitte mit Nummerierungen der Tiere

Die einzelnen Tiere mit Nummerierung und Bezeichnung

Anhang

Weiterführende Literatur

Bildnachweis

Liebe Leser,

Tieren zu begegnen, sie zu betrachten oder zu beobachten, ist eine faszinierende Erfahrung. Ob in der Natur selbst, in Geschichten, Märchen, Filmen, auf Kunstwerken oder Fotografien: Die Beschäftigung mit Tieren kann der Beginn einer spannenden, lehrreichen Entdeckungsreise sein und verborgene Hinweise offenbaren, die ein auslösendes Moment für die Auseinandersetzung mit der ureigenen Natur darstellen können.

Seit Anbeginn der Menschheit sind die Beobachtung und die Abbildung von Tieren wie auch die Beschäftigung mit deren Lebensweisen und Eigenschaften Teil der menschlichen Kultur und Existenz. Die Tatsache, dass die Verhaltensweisen und Fähigkeiten von Tieren schon immer mit menschlichen Qualitäten, Eigenschaften und Begabungen in Verbindung gebracht wurden, zeigt die Verankerung des Menschen in der Natur.

Tiere erinnern uns an die eigene Natürlichkeit und die eigenen Grundbedürfnisse. Sie repräsentieren unsere individuellen Instinkte und Triebe, Eigenschaften und Persönlichkeitsanteile. Tiere sprechen zu uns durch die Art und Weise, wie sie sich verhalten. Alle Eigenheiten, die wir Menschen in Tieren sehen und erleben und alle Qualitäten, die wir den Tieren zuschreiben, sind ein Spiegel unserer eigenen Natur. Sie gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen unseres Lebens.

Viele Menschen haben sich von der natürlichen Ebene des Instinkts und der Intuition entfernt und sind bestrebt, das Leben aus einer verstandesorientierten und «gezähmten» Haltung heraus zu meistern. Durch gezielte Verhaltenssteuerung und überkontrollierten Perfektionismus wird versucht, einem künstlich aufgebauten Bild zu entsprechen. Zu wenig gelingt es, die Aufmerksamkeit wertfrei auf das innere Empfinden und die ursprüngliche Natur unseres Menschseins zu richten. Wir nehmen in einer technologisierten und materiell orientierten Welt vielfach nicht mehr wahr, wie fremd uns die eigene Natur geworden ist. Wir haben trainiert, das zu sein, was als erstrebenswert, gut und richtig gilt.

Bei der Selbstreflexion mit Kunstwerken und Tierbildern ist es ein zentrales Anliegen, den Bezug zu sich selbst und zur eigenen inneren Natur wieder

Urheberrechtlich geschütztes Material

herzustellen und mit seinen Bedürfnissen in Kontakt zu kommen. Seit vielen Jahren begleite ich Menschen bei dieser Entwicklung. Immer wieder durfte ich erleben, wie berührend, essenziell und wertvoll ihre Erkenntnisse für sie waren. In kürzester Zeit war es ihnen möglich, den Kern persönlich relevanter Themen zu erkennen und zu bearbeiten, Potenziale zu entwickeln und neue Lösungswege für die Bewältigung unterschiedlicher Herausforderungen zu finden.

Das Buch, das Sie in Händen halten, ermöglicht es Ihnen auf einfachem Wege, einen tieferen Zugang zu sich selbst und zu den einzelnen Tieren zu finden, indem Sie sich mit diesen in einer selbstreflektierenden Haltung auseinandersetzen. In der Einfachheit der ursprünglichen Tierwelt liegen wesentliche Naturweisheiten, die in Vergessenheit geraten sind. Lernen Sie, die für Sie bedeutsamen Botschaften zu verstehen, für sich und Ihr Umfeld zu nutzen und Erkenntnisse zu erlangen, die für Ihre Persönlichkeitsentwicklung und für Ihre Entscheidungsfindungen hilfreich sind.

Ihre brachliegenden Potenziale können Sie entdecken und entfalten, indem Sie Ihre Perspektiven durch die Selbstreflexion anhand der Tierqualitäten erweitern und Ihre Lebens- oder Arbeitssituation aus einem neuen Blickwinkel heraus betrachten. Verlassen Sie Ihre gewohnten Denkmuster und stellen Sie sich und Ihre bewährte Herangehensweise in Frage. Eingefahrene Gewohnheiten oder ein zu starkes Bedürfnis nach Sicherheit sind mit persönlichen inneren Grenzen gleichzusetzen, die sich auf Ihr Verhalten und somit auf Ihr Umfeld einschränkend auswirken. Es lohnt sich, den eigenen Schatten zu erkennen und zu überwinden und sich selbst mehr Handlungsspielraum zu schaffen. Wenn Sie sich Ihre Schwächen eingestehen, können Sie diese als Stärken nutzen. Sie werden nicht nur Ihre Aufgaben effizienter, erfolgreicher und mit einer größeren inneren Erfüllung meistern, sondern Ihr gesamtes Leben mit einer bewussteren Haltung und Klarheit gestalten.

Dieses Praxisbuch beschränkt sich auf essenzielle Ausführungen, die Ihnen einen schnellen und wirkungsvollen Zugang zur Selbstreflexion ermöglichen. Nach einer kurzen Einleitung können Sie direkt in die praktische Arbeit einsteigen. Dem diesem Buch zugrunde liegenden Kunstwerk «Orpheus und die Tiere» (Orpheus en de dieren) von Paulus Potter bin ich im Rahmen einer

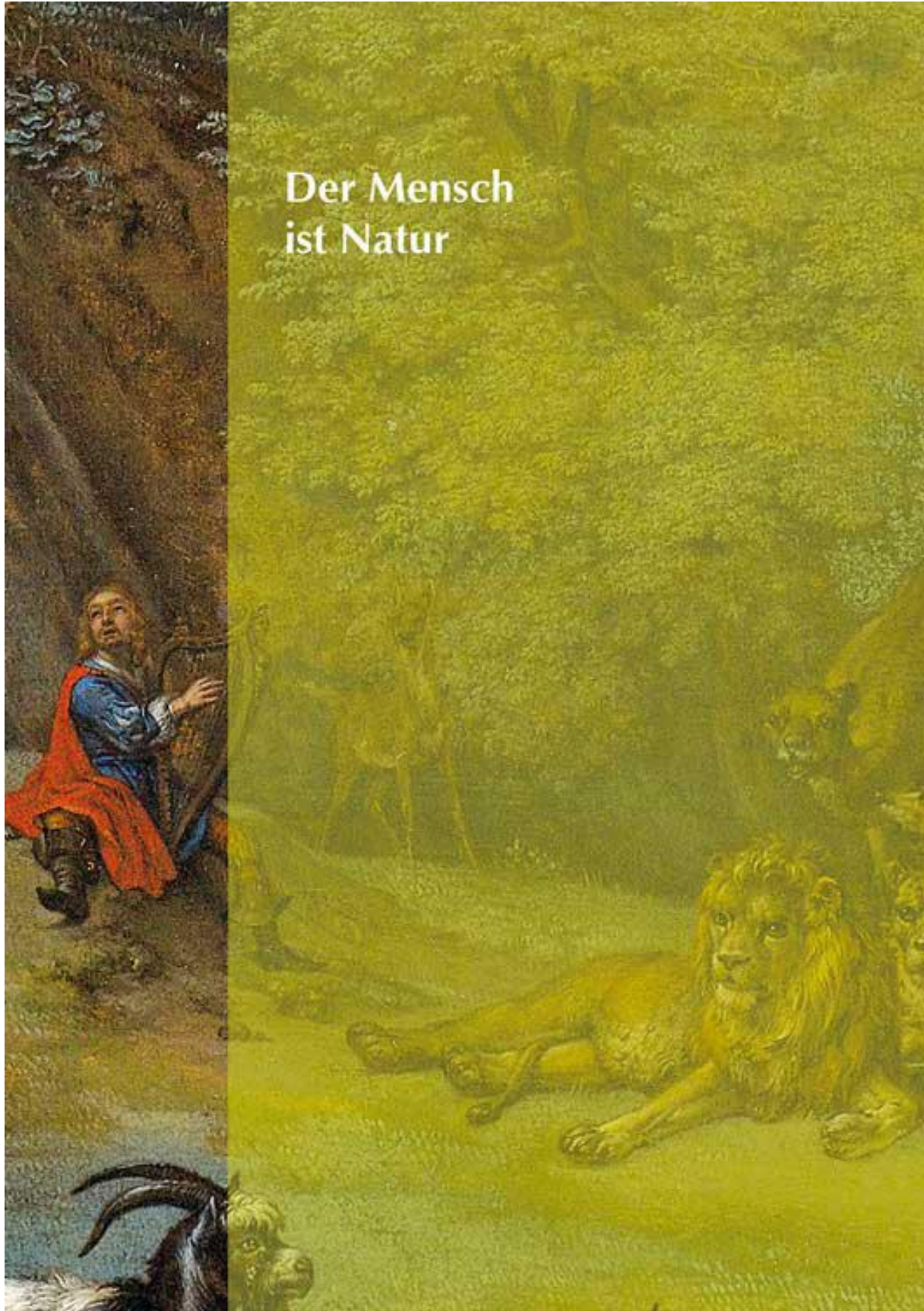
Urheberrechtlich geschütztes Material

Vortragsreise beim Besuch des Rijksmuseums in Amsterdam begegnet. Es hat mich sofort in seinen Bann gezogen und ich wusste, dass es die Grundlage für dieses Buch sein würde. Vier Monate später, lebte ich für drei Wochen in Zambia. Mitten in der wilden Natur Afrikas war ich von einer Vielfalt an Tieren wie Elefanten und Löwen, unzähligen Arten von Vögeln, Insekten und Reptilien umgeben. Ich hörte nur die Tiere, den Wind und das Wasser. Genau in dieser Atmosphäre während einer intensiven Zeit im Einklang mit der Natur, ist dieses Buch entstanden. Möge es Sie dabei unterstützen, Ihrer eigenen Natur näherzukommen und innere Ebenen zu entdecken, auf denen relevante Botschaften liegen. Ihre Reflexion führt Sie zu verborgenen Potenzialen. Sie begegnen Ihren Lebenssituationen und -themen auf einfacheren, neuen Wegen. Es erwartet Sie eine berührende und ungewöhnliche Entdeckungsreise in Ihre Persönlichkeit und Ihr einzigartiges, facettenreiches Leben.

Ich wünsche Ihnen viele spannende Tierbegegnungen und wertvolle Erkenntnisse!

Christine Kranz

Triesen, 2011



Der Mensch ist Natur

Eine Reise nach innen

In seiner Ursprünglichkeit ist der Mensch wie alle Lebewesen reine Natur. Im Laufe seiner Entwicklung hat er um sich herum eine Welt geschaffen, die es ihm ermöglicht, komfortabler und sicherer zu leben und räumliche Distanzen schneller als je zuvor zu überwinden. Wie das ursprüngliche Leben ohne Technik und Wissenschaft vor dieser immensen Entwicklung gewesen sein mag, ist schwer vorstellbar. Und doch ist ein Leben fernab des modernen Fortschritts und im Einklang mit der Natur das Natürlichste, was es gibt.

Begeben Sie sich für einen Moment auf eine kurze Reise in eine ursprüngliche Welt, in der Sie ein Teil der Natur sind und eine ganz natürliche Lebensweise entdecken können: Stellen Sie sich vor, Sie leben inmitten unberührter Natur. Um Sie herum gibt es keine fremden Menschen. Ihr Haus haben Sie aus natürlichen, einfachen Materialien gebaut, die Sie in der unmittelbaren Umgebung gefunden haben. Die Steine haben Sie aus dem Fluss und das Holz aus dem Wald geholt. Die Ziegel haben Sie eigenhändig aus der lehmigen Erde geformt. Das Haus hat keinen Strom und deshalb auch kein künstliches Licht, keinen Kühlschrank, kein Telefon und keinen Fernseher. Alles, was Sie hören, sind die Geräusche der Natur. Es gibt keine künstlichen Töne, die durch den Betrieb von elektrischen Geräten, Maschinen oder Fahrzeugen erzeugt werden. Sie sammeln Holz und kochen mit Feuer. Alle Nahrungsmittel holen Sie aus dem eigenen Garten und das Brot backen Sie im Holzofen. Ein paar wenige Tiere geben Ihnen Eier, Milch und Fleisch. Die Tage und Nächte und die Jahreszeiten kommen und gehen. Sie erleben diese Zyklen hautnah und haben gelernt, mit den jeweils vorherrschenden Bedingungen zurechtzukommen. Selbstverständlich gehen Sie Ihren täglichen Arbeiten nach. Sie leben im Einklang mit der Natur.

Wenn Sie dieses Bild vor Augen haben, beantworten Sie folgende Fragen: Wie fühlen Sie sich? Wie geht es Ihnen in der Natur? Welche Menschen sind außer Ihnen noch an Ihrem Platz? Was ist Ihnen wichtig und womit beschäftigen Sie sich am liebsten? Welche Wünsche und Sehnsüchte weckt Ihr naturbelassenes Zuhause in Ihnen?

Vertiefen Sie sich durch Ihre inneren Bilder, Gedanken und Gefühle weiter in diese ursprüngliche Lebensweise. Vielleicht möchten Sie festhalten, was Sie in Ihrer Fantasie erleben, indem Sie es aufschreiben oder zeichnen.

Kommen Sie dann zurück in Ihre jetzige Lebenssituation und vergleichen Sie diese mit jenen Lebensumständen, die Sie soeben in Ihrem in der Natur eingebetteten Zuhause erlebt haben: Welche Unterschiede können Sie erkennen? Wann und wo haben Sie ähnliche Naturerlebnisse und -gefühle erfahren? Wie weit entfernt leben Sie von der ursprünglichen Natur? Wie weit entfernt leben Sie von der eigenen inneren Natur?

Bei dieser kurzen Reise geht es um eine wertfreie Betrachtung dieser beiden wahrscheinlich kaum zu vergleichenden Lebensweisen. Durch diese Visualisierung wird es möglich, Ihre gewohnte, vielleicht als selbstverständlich angenommene Lebenssituation aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten. Überlegen Sie, welche Lebensformen im Laufe der Geschichte von unseren Vorfahren geschaffen wurden, wie Sie Ihr individuelles Leben gestaltet haben und wie es um Ihre angeborene Fähigkeit mit der Natur zu leben steht.

Zweifellos bieten der rasante Fortschritt der industrialisierten Welt und Kulturen, die sich schwerpunktmäßig mit mess- und beweisbarem Wissen beschäftigen, unzählige Möglichkeiten. Ich lade Sie jedoch ein, die gewinnbringenden Vorteile für einen Moment infrage zu stellen und die Auswirkungen, die Fortschritt und Technik auf unsere Lebensqualität haben, etwas genauer zu betrachten.

Die moderne Zivilisation

Die Natur mit den frei lebenden Tieren braucht die Menschheit nicht für ihr Bestehen. Die Menschheit jedoch hat ohne die Natur keine Chance zu überleben.

---ENDE DER LESEPROBE---