

Gutshof MAGAZIN



Loslassen und neu anfangen

Wir beide stehen vor dem Fahrstuhl und er kommt nicht. Los, wir nehmen schnell die Treppe. Warte mal, er kommt doch gleich ... Sicher kennst du auch diese Situation. Ein Ziel loslassen, selbst in banalen Situationen, ist gar nicht so leicht. Da streiten zwei Seelen in der Brust. Kurswechsel, Planänderung fällt vielen Menschen schwer. Doch um etwas Neues zu fassen, muss ich das Alte ablegen. Sonst sind meine Hände nicht frei, um zu-

zugreifen. Das gilt für Freundschaften, die nicht mehr aktiv sind, genauso wie für alte Gegenstände, die seit Jahren im Regal vor sich hingammeln. Mit der neuen Ausgabe wollen wir dich inspirieren: In kleinen Geschichten vom Loslassen und neu Anfangen berichten. Und auch unser Glück mit dir teilen. Nach drei schwierigen Jahren hatten wir einen außergewöhnlich guten Seminarstart in diesem Jahr. In den letzten 20 Jahren waren es noch

nie so viele Gruppen und Teilnehmer wie in diesem Januar. Wir sind sehr glücklich für unser Mitarbeiterteam, bei dem alle mit angepackt haben, damit diese intensive Seminarzeit für Gäste und Referenten zu einem unvergesslichen Erlebnis wurde.

Herzliche Frühlingsgrüße
deine Ilona und Rainer Wälde

GUTSHOF AKADEMIE AKTUELL

Neues Online-Magazin „Nordhessenliebe“



Im Januar haben wir als Gutshof ein neues Online-Magazin gestartet: „Nordhessenliebe.de“. In diesem Magazin teilen Neubürger und Ureinwohner ihre persönliche Geschichte. Wir stellen kleine Manufakturen und besondere Orte vor, die zum Erkunden einladen. Nordhessen ist die Heimat der Brüder Grimm und der Weltkunstausstellung „documenta“, zudem eine der innovativsten Wirtschaftsregionen in Europa. Das Herz Deutschlands bietet vielfältige Kultur und eine hohe Lebensqualität.

www.nordhessenliebe.de

Tagung mit Prof. Gerald Hüther



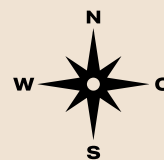
Seit zwei Jahren bieten wir eine Reihe von Gutshof-Salons und Zukunftsmanufakturen zu den acht Gesellschaftsbereichen an. So haben wir in den letzten Monaten mit Experten über die Zukunft von Tourismus, Medien, Bildung, Gesundheit und Mobilität gesprochen. Abschluss dieses Zyklus ist am 16. Juni eine Regionalkonferenz mit Prof. Gerald Hüther, einem der bekanntesten Gehirnforscher in Deutschland.

www.gutshof-akademie.de/zukunftsmanufaktur/

Gutshof Akademie ausgewählt als himmlischer Ort



Mit großer Überraschung haben wir vor wenigen Tagen einen neuen Reiseführer per Post erhalten: Die Redaktion hat die Gutshof Akademie als einen von „111 himmlische[n] Orte[n] in Hessen, die man gesehen haben muss“ ausgewählt. Neben dem Limburger Dom und vielen bekannten Sehenswürdigkeiten werden die Gutshof Kapelle und das Schäferhaus für eine Auszeit empfohlen.



Wie finde ich Sinn im Leben?

von Rainer Wälde

Es braucht Mut, sich mit dem eigenen Ich auseinanderzusetzen: Warum bin ich?
Das ist eine sehr intime Frage, weil sie die tiefste Ebene meines Seins berührt.

Welche Lebensgeschichte erzähle ich?

Ich hatte eine sehr glückliche Kindheit. Unvergesslich sind die Momente mit meinem Großvater, wenn er stolz mit seinem Enkel zum Bahnhof lief. Wir standen beide vor dem Lokscheunen, davor eine große Drehscheibe, auf der sich eine Dampflok langsam auf uns zu bewegte. Dieser schwarze Koloss mit den langen Kolben löste in mir eine emotionale Dissonanz aus: Ich war fasziniert von der Technik, gleichzeitig eingeschüchtert von der Autorität dieser Maschine. Doch da war die starke Hand meines Großvaters, der schmunzelnd auf mich herabsah und mir Sicherheit vermittelte. Er kaufte zwei Fahrkarten aus dickem Karton, die mit einer Zange entwertet wurden. Dann stiegen wir in die 2. Klasse und fuhren über ein großes Schwarzwald-Viadukt. Mein Opa packte zwei Brezeln aus, die dick mit Butter bestrichen waren, und wir fingen an zu genießen. Diese frühen Erlebnisse haben sich tief in meiner Identität eingepreßt: die väterliche Sicherheit, das Glück des Reisens, die Muße, einfach nur am Fenster zu sitzen und den Augenblick zu genießen. Aber auch der Moment des Abschiednehmens, wenn die Reise zu Ende ist.

Der Psychologe Dan McAdams hat Hunderte von Personen interviewt, um herauszufinden, welche Geschichte sie von sich und ihrem Leben erzählen. Beim Zuhören wurde ihm bewusst, dass jede Geschichte eine Dramaturgie in sich trägt. Sie gleichen in ihrer Struktur zwischen Anfang und Ende, Höhe und Tiefpunkten den alten Mythen, die in allen Kulturen zu finden sind. Es geht um Gut und Böse, um Helden, die Abenteuer bestehen und wieder zurückkehren, um von ihren Erfahrungen zu berichten. Wenn ich Selbstständige und Führungskräfte im Coaching begleite, frage ich sehr gern nach diesen Lebensgeschichten. Ich will herausfinden, in welcher Situation mein Gegenüber besonderes Glück erlebt oder eine schwere Lebensprüfung überstanden hat. Spannend finde ich die Geschichten, die eher nebenbei erzählt werden oder erst nach einigem Nachfragen zu hören sind. Warum blende ich diese Geschichten aus, während ich andere Erfahrungen immer wieder zum Besten gebe?



Das eigene Leben als Buch denken

Für die Frage nach dem Sinn des eigenen Lebens empfiehlt die Psychologin Tatjana Schnell eine simple Übung. Sie rät dazu, das Leben als Buch zu denken: Zuerst male ich eine horizontale Linie auf ein Blatt Papier. Dann markiere ich wichtige Ereignisse, Wendepunkte in meiner Geschichte. Mit jedem schönen oder traurigen Erlebnis wird mein Leben in Kapitel eingeteilt, denen ich auch eine passende Überschrift gebe. Schnell empfiehlt, drei bis maximal sieben Lebensphasen zu markieren. Spannend sind die Gefühle, die ich beim Aufzeichnen spüre: Angst, Trauer, Wut, tiefes Glück, Leichtigkeit. Beim Aufschreiben lerne ich mich und meine Geschichte besser kennen, kann die emotionalen Momente nachvollziehen. Wie denke und fühle ich? Was macht mich in meinem tiefsten Inneren aus? Plötzlich werde ich mir meiner Rolle bewusst: Fühle ich mich als Held oder als Opfer? Welche Möglichkeiten hat mir meine Familie ermöglicht, was wurde verhindert?

Ich selbst wusste schon sehr früh, dass ich künstlerisch begabt bin. Meine Eltern waren mitunter überfordert von meiner blühenden Fantasie und der starken Kreativität. Mit einigen Gleichgesinnten habe ich in der Oberstufe des Gymnasiums eine Initiative gestartet, um einen Kunst-Leistungskurs zu ermöglichen. Mit vereinten Kräften haben wir vom Kultusministerium eine Ausnahmegenehmigung erhalten und konnten unser Abitur in Kunst machen. Unser Glück: Eine bildende Künstlerin, die uns ganzheitlich unterrichtete, mit in ihr Atelier nahm, die Vorbereitung ihrer eigenen Ausstellungen zeigte. Sie hat uns einen großen Horizont für Kunst und Kultur aufgeschlossen, der bis heute mein Leben prägt. Ich habe gelernt, wie sinnstiftend die kreativen Ausdrucksformen für mein Leben sind.

Spiritualität integrieren

Bei der Frage nach dem Lebenssinn spielt auch meine Weltanschauung eine große Rolle. Meine Glaubenssätze, meine Denkmuster prägen mein Denken und Handeln. Ich selbst bin ein sehr spiritueller Mensch. Obwohl ich einen atheistischen Vater hatte, wurde ich von meinen Großeltern an den christlichen Glauben herangeführt. Meine Großmutter hat mir eine Spiritualität vorgelebt, die ich sehr berührend fand. Sie war keine Frau der vielen Worte, aber mit einer großen Ehrfurcht vor Gott. Durch zwei Kriege hat sie so viel Lebensweisheit gesammelt, dass mir ihre wortlose Präsenz gereicht hat. Ihr Respekt vor dem Leben und die Demut vor dem Heiligen haben mich als Kind berührt.

Wenn ich heute in einer Kapelle sitze oder auf einer Bank am Waldrand, kann ich diese Energie spüren. Die Erzählung der eigenen Lebensgeschichte stärkt meine Identität, sie prägt mein Ich. Diese Erfahrungen teile ich gern auch im Coaching, wenn es um Umbrüche im Leben geht. Sie prägen auch meine täglichen Entscheidungen: Wofür will ich die verbleibende Lebenszeit einsetzen? In welche Menschen will ich mich investieren? Für mich sind es Jugendliche, die sich für Medien interessieren. Deshalb engagiere ich mich für eine neue Drehbuchakademie.

Doch manches Mal kann ich einfach nur wortlos dasitzen – wie der kleine Junge beim Anblick des Eisenbahn-Viadukts. Ich spüre meinen Atem, freue mich über die Wärme der Frühlingssonne. Dann verschmelzen Vergangenheit und Gegenwart und ich genieße die Kraft dieses einzigartigen Moments.

 Rainer Wälde liebt es, durch Filme, Bücher und Vorträge seine Zuhörer in ihrer Originalität zu ermutigen. In seinem wöchentlichen Blog erzählt er ihre Geschichten: rainerwaelde.de



Wenn das Leben alle Pläne ändert

von Ilona Dörr-Wälde

AUSPROBIEREN,
AUSWERTEN, NEU
PROBIEREN UND
GUTE LÖSUNGEN
FINDEN.



Im aktuellen Umbruch wird eine neue Fähigkeit gebraucht: die Veränderungskompetenz.
Sie hilft uns, in einer sich schnell ändernden Welt zurechtzukommen und souverän zu agieren.

Notarzteinsatz auf der Bahnstrecke

Ich bin auf der Rückreise von einem Seminar und fahre zum Bahnhof. Ein flaves Gefühl macht sich bemerkbar. Wird die Reise reibungslos verlaufen? Die Anzeigetafel signalisiert 90 Minuten Verspätung. Das wirft alles durcheinander. Für einen Moment bin ich geschockt. Ob ich heute nach Hause komme, ist ungewiss. Im Reisezentrum treffen sich die Gestrandeten und warten geduldig auf ihre alternativen Zugverbindungen. Als ich an die Reihe komme, erhalte ich tatsächlich einen neuen Fahrplan. Ich muss zwar einmal mehr umsteigen, doch ich werde heimkommen. Spät am Abend sitze ich in einem hoffnungslos überfüllten Zug. Jetzt bin ich nur froh zu fahren. Noch mal gut gegangen, denke ich und entspanne mich.

Das ist nur ein Beispiel für die ständigen Veränderungen im Alltag. Es läuft nicht so wie erwartet. Oder nicht so, wie wir es gewohnt sind. Eine Woche vor Seminarbeginn melden sich noch drei Teilnehmer an. Dafür kommen immer häufiger angemeldete Teilnehmer nicht. Auf einen Arzttermin muss ich sieben Monate warten und bei der Autowerkstatt kommt ein Ersatzteil erst in vier Wochen.

Wenn Veränderungen uns lähmen

Da kann das Nervenkostüm schon mal aus der Fassung geraten. Wie gelingt es uns, in emotional herausfordernden Situationen zuversichtlich zu bleiben? Die Reaktion auf unvorhergesehene Veränderungen können uns lähmen oder wir wüten dagegen an.

Beides kostet Energie und lenkt die Aufmerksamkeit vom urgesunden Leben ab.

Auf dem Bahnsteig spürte ich den Impuls, lautstark über die Bahn zu schimpfen. Zu meiner inneren Wut sage ich, vielleicht hast du recht und hier müsste dringend ein System verbessert werden. Jetzt gerade ist es so, wie es ist. Langsam entspanne ich mich. Dann stelle ich mir die Frage: „Was ist meine persönliche Absicht?“ Die innere Stimmung ändert sich und der Drang, nach Hause zu kommen, übernimmt das Ruder. Ich blicke nach vorn und mir kommt die passende Idee. Ich hole mir die nötigen Informationen und fahre mir einem anderen Zug. Vielleicht sind

die Probleme der Bahn nicht mit großen beruflichen oder einschneidenden persönlichen Veränderungen zu vergleichen. Beim Reflektieren leuchteten fünf Punkte auf, die helfen, mit unbeabsichtigten Veränderungen kompetent umzugehen.

Die Situation annehmen, wie sie ist

In vielen Bereichen des Lebens findet ein Wandel statt. Das kann anstrengend sein und vielleicht auch zunächst Nachteile mit sich bringen. Die Wohlfühlzone wird herausgefordert. Veränderung findet statt, ob ich das gut finde oder nicht. In der Natur bedeutet Wandlung lebendiges Leben. Es ist also etwas ganz Normales.

Die aktuelle Situation gut einschätzen

Nicht alles, was sich bewegt, ist automatisch positiv. Ärger, Überforderung und Ohnmacht sind berechtigte Reaktionen. Auch Gleichgültigkeit und den Wunsch, einfach den Status quo einzuhalten, kann ich gut nachvollziehen. Wie wäre es, wenn wir mit diesen Gefühlen ins Gespräch kämen und erkundeten, was dabei berechtigt ist? An welcher Stelle kann ich konkret Einfluss nehmen und im Hier und Jetzt ins Handeln kommen?

Die Aufmerksamkeit auf eine konkrete Absicht lenken

Die innere Ausrichtung auf ein höheres Ziel entscheidet in komplexen und alltäglichen Situationen, ob Ressourcen sinnvoll eingesetzt werden. Wenn ich weiß, wo ich hin möchte und wofür ich morgens aufstehe, habe ich einen inneren Kompass. Ein Unternehmer aus der Textilbranche erzählte mir, wie seine Firma durch die rasante Veränderung auf dem Markt am Ende war. Gemeinsam mit seinen Mitarbeitern hat er seine ganze Aufmerksamkeit auf das Motto gerichtet: „Wir werden den Kauf von nachhaltiger Sportkleidung ermöglichen.“ Drei Jahre später ist ihnen das gemeinsam gelungen.

Ideen sprudeln lassen

Energien, die sich auf ein Ziel ausrichten, das zu den Möglichkeiten passt und durch das das Handlungsfeld klar wird, lassen gute Ideen sprudeln. Manche nennen das die kreative Phase.

Informationen recherchieren, sammeln, ausprobieren, auswerten, neu probieren und gute Lösungen finden.

Kompetente Partner suchen

Spätestens jetzt wird klar: Allein werden wir das Neue nicht finden. Das Zusammentragen hilfreicher Informationen, kreativer Kräfte und realer Umsetzungsmöglichkeiten geht nur mit kompetenten Partnern. Wie gut, wenn Mitreisende den Weg zum Reisezentrum kennen und ein Mitarbeiter am Computer aus dem komplexen Schienennetz den richtigen Zug ermitteln kann.

Zielgerichtet handeln

Sicher braucht es Mut, neue Wege zu gehen. Es fehlt noch die Erfahrung. Hinter der nächsten Kurve finden sich neue Risiken. Vielleicht gehe ich erst fehl. Vielleicht muss ich am Ende noch mal die Richtung ändern oder ganz anders vorgehen.

Auch auf meiner Zugfahrt musste ich noch dreimal neue Verbindungen suchen. Gegen 23.00 Uhr war ich glücklich, dass ich den letzten Zug nach Treysa noch erreichen konnte. Als ich am Gleis ankam, traute ich meinen Augen nicht. Ein Zug nach Gießen stand abfahrtsbereit am Bahnsteig. Nein, das darf jetzt nicht wahr sein. Der Schaffner bat mich einzusteigen. Der ursprüngliche Zug hat einen Schaden. Deshalb fahren sie ein Stück mit diesem, steigen dann um und werden nach Treysa kommen. Seiner Aussage vertrauend stieg ich ein.

Meine Nachbarin hatte auch einen anstrengenden Reisetag und schimpfte am Stück über die Zustände der Bahn. Ich war müde, hatte seit Stunden mein flexibles Handeln trainiert und war nicht mehr offen für eine anstrengende Stimmung. Für einen kurzen Moment war ich verzweifelt. Dann erinnerte ich mich. Es ist so, wie es ist. Welche Möglichkeit habe ich? Wir werden nach Hause kommen. Ich fragte meine Nachbarin, ob sie beruflich unterwegs sei, und tatsächlich kamen wir noch in ein nettes Gespräch. Deshalb möchte ich noch einen sechsten Punkt ergänzen: Veränderungskompetenz zu trainieren entspricht eher einem Marathonlauf als einem Sprint.



Ilona Dörr-Wälde unterstützt Menschen, ihre persönliche Berufung zu entdecken und neue Kraftquellen zu erschließen. Alle Angebote auf der neuen Webseite: www.doerr-waelde.de



Heilendes Zuhause

von Katharina Althaus

Wie unsere Wohnung ein Ruhepol, Kraftort und praktischer Begleiter wird

Wer kennt es nicht? Die Welt um uns herum ist schnelllebig und laut, die Schlagzeilen negativ und der Job wächst uns über den Kopf. Wie gut, dass wir nach einem stressigen Tag zu Hause endlich die Füße hochlegen und uns ausruhen können. Aber, können wir dort wirklich entspannen oder sollte längst mal wieder renoviert, geputzt oder aufgeräumt werden? Ich kann Sie beruhigen: Ihr Zuhause zu Ihrem ganz persönlichen Kraftort zu gestalten, geht viel schneller und einfacher, als Sie denken.

Ordnung ist das halbe Leben

Zugegeben, dieser Spruch ist mittlerweile ganz schön verstaubt. Ordnung ist nicht unbedingt das halbe Leben, aber sie befreit ungemein und tut uns im Chaos des Alltags ziemlich gut. Wie wäre es? Nutzen Sie den Frühling in diesem Jahr doch für einen ausgeweiteten Frühjahrssputz und trennen Sie sich von den Dingen, die sich über Jahre angesammelt haben, Dinge, die nicht mehr benutzt werden, Dinge, die irgendwo herumliegen und längst eingestaubt sind. Schaffen Sie sich eine neue Ordnung und Struktur; eine, die auch im Alltag gut beibehalten werden kann. Eine To-do-Liste mit Tages- oder Wochenzielen motiviert, diese auch einzuhalten. Oder Sie nehmen sich jeden Tag drei Dinge vor, von denen Sie sich trennen. Irgendwann ist Licht am Ende des Tunnels und das Gefühl, das Ihnen ein aufgeräumtes Zuhause gibt, ist unbezahlbar.

Ruhepol und Kraftort

Ist erst einmal Platz geschaffen, ist Zeit innezuhalten. Wo ist Platz für Veränderung? Gibt es in Ihrem Zuhause ungenutzte Ecken? Vielleicht ist das ja der ideale Platz für die Lesecke, die Sie schon immer einmal haben wollten? Ein gemütlicher und bequemer Lesesessel, beruhigendes Licht und eine Wand, gestrichen in Ihrer Lieblingsfarbe, laden zu einer Pause vom Alltag ein. Oder Sie gestalten die Kaffee-Ecke in Ihrer Küche um?



Belebende Farben, eine fröhliche Tapete und frische Blumen verleihen dem morgendlichen Wachmacher eine Extraportion an Motivation und geben Kraft für den bevorstehenden Alltag.

Praktisch ja, aber bitte in Schön!

Natürlich sollte auch das Praktische in Ihrer Wohnung nicht zu kurz kommen. Genügend Stauraum ist unverzichtbar und schafft außerdem nicht nur optisch Ruhe. Ein fester Platz für Schlüssel, Tasche und Portemonnaie erspart die morgendliche, hektische Suche danach. Ein großes Sofa mit ausreichend Platz für alle lädt zum abendlichen Verweilen ein. Eine aufeinander abgestimmte, dezent gehaltene Deko verhindert großen Putzaufwand. Passt all das auch noch gut zu Ihrem ganz eigenen Stil und spiegelt Ihre Persönlichkeit wider, wird aus Praktikabilität schnell ein schönes Zuhause.

Sie sehen, mit ein paar kleinen Veränderungen kann unser Zuhause unser absoluter Lieblingsort werden. Der Ort, an dem wir Ruhe finden und Kraft tanken. Ein Ort, der uns Kraft und Motivation spendet, wenn wir morgens das Haus verlassen, und der uns abends mit Wärme und Gemütlichkeit empfängt.

Wenn Sie weitere Tipps für die Gestaltung Ihres Zuhauses brauchen, kontaktieren Sie gern einen Wohnberater. Vielleicht hat dieser Artikel aber auch Ihre Kreativität geweckt und Sie möchten nicht nur Ihr eigenes Zuhause gestalten? Dann wäre die Wohnberaterausbildung vielleicht genau das Richtige für Sie! Ich würde mich sehr freuen, Ihnen dort zu begegnen und gemeinsam Kraftorte zu gestalten.



Katharina Althaus arbeitet als Fachfrau für Innenarchitektur und Raumgestaltung in einem alteingesessenen Malerbetrieb. Sie ist Ausbilderin für Wohn- und Einrichtungsberatung an der Gutshof Akademie.

Eine Klassikerin mit Special Effect

von Rainer Wälde

GUTSHOF
PORTRÄT

Wenn Blüten Fernweh auslösen

Japanische Kirschblüten lösen bei Marion Ising Fernweh aus. Nur wenige Tage blühen sie in einem Park am Fuße des Wellersbergs und verwandeln Siegen in ein Fest für alle Sinne. „Ich liebe die Vielfalt von Farben“, sagt die 56-jährige Bankkauffrau und weist auf ein Poster mit Schmetterlingsflügeln, das in ihrem Büro hängt. „Farben und Formen erinnern mich an die Kreativität Gottes. Auch Körperformen finde ich spannend, weil sie zeigen, wie einzigartig jeder Mensch gestaltet ist.“

Vor 18 Jahren hat Marion Ising den Job als Bankerin gegen den einer Personality Stylistin getauscht: „Mir war es wichtig, meiner kreativen Ader nachzugehen.“ 2005 absolvierte sie in Limburg ihre erste Ausbildung zur Farb- und Stilberaterin. Ein mutiger Schritt als Mutter von drei kleinen Kindern, die Jüngste war gerade ein Jahr alt. „Nach der Ausbildung habe ich gemerkt, dass ich viel mehr kann, als ich mir selbst zugetraut habe. Meine stärksten Ermutigerinnen waren Ilona Dörr-Wälde, die Kollegin Brigitte Grotz und zwei enge Freundinnen.“

Marion Ising hält kurz inne und schaut hinaus in ihren Garten: „Ich freue mich auf den Frühling, wenn die ersten Pflanzen ihre Köpfe zeigen. Mir ist irgendwann aufgefallen, dass eine Tulpe sich nicht anstrengen muss, um eine Rose hervorzubringen. Nein, es ist wunderbar, eine schöne Tulpe zu sein.“ Sie dreht sich um und betont: „Das war für mich ein Schlüssel – auch in meiner Ausbildung zur Stilberaterin. Ich bin Marion und muss niemand anderes sein. Ich bin zufrieden, wenn ich an meinem Platz blühen kann.“

Jeder ist ein Original

Mittlerweile hat Marion durch Vorträge und Beratungen über 1.000 Menschen ermutigt, zu sich selbst und ihrer Einzigartigkeit zu stehen. Seit acht Jahren arbeitet sie als Ausbilderin in der Gutshof Akademie. „Mein Ziel: Ich will, dass die Teilnehmer sich selbst erkennen, wie einzigartig sie sind, und dabei zu sich selbst finden. Jeder ist ein Original – nicht nur in der Körperform, sondern auch in der Persönlichkeit. Das ist für die meisten Teilnehmer das wichtigste

Aha-Erlebnis in der Ausbildung.“ Nach einem kurzen Moment ergänzt sie: „Ich bin okay, auch wenn ich unterschiedlichen Pole in mir vereine.“

Sie selbst ist ein Sommertyp, eine feminine Klassikerin mit einem Special Effect. „Doch lange Zeit habe ich mich gefragt, warum ich nie ganz so war wie die anderen. Bis ich herausgefunden habe, dass das eben mein ganz eigener, persönlicher Stil ist und ich damit Frieden schließen konnte. Einen kurzen Moment hält sie inne und sagt dann schmunzelnd: „Ich laufe nie in Jeans und T-Shirt rum, sondern gern auch mal ladylike und falle damit aus dem Rahmen. Meine Freundinnen haben das gelernt – so bin ich halt.“ Doch bis sie selbst so weit war, musste sie innerlich wachsen.

Marion Ising berichtet von Gesprächen mit ihren Kunden: „Viele Menschen sind ständig damit beschäftigt, sich mit anderen zu vergleichen: Ich bin nicht groß oder dünn genug, nicht fleißig genug. Deshalb versuche ich, im Dialog immer wieder deutlich zu machen: Hör auf mit dem ständigen Vergleichen – es reicht aus, so wie du bist.“ Sie erzählt von Tränen der Berührung, die immer wieder fließen, wenn die Seminarteilnehmer merken, sie müssen sich nicht länger anstrengen, um zu genügen. Kürzlich hat sie mit ihrer Tochter den Gutshof besucht:

„Mama, ich habe mir das gar nicht so groß vorgestellt.“ Sie berichtet von der Weite und der Aussicht auf Nordhessen: „Am liebsten sitze ich in der Gutshof Küche oder in der Weinstube. Obwohl ich während eines Seminars alles gebe, fahre ich danach aufgetankt nach Hause.“

Bei allem gereiften Selbstbewusstsein hat sie leider auch schon den freien Fall erlebt: Sie erzählt, dass enge Vertraute sie verraten haben. „In dieser Phase war es wichtig, Halt in meinem tiefen Glauben zu haben. Ich habe eine tiefe Akzeptanz gespürt und auch ein Geliebtsein. Wenn um mich herum so vieles unsicher ist, spüre in meinem Inneren, dass ich ganz tief angenommen bin.“

Marion Ising steht auf und zeigt auf eine Glasschale: „Ich denke gerne an die Persönlichkeiten, die ich im Gutshof schon ausgebildet habe. Für jede Beraterin stelle ich mir eine Perle vor. Mittlerweile liegen 86 Perlen in diesem Glas und ich freue mich schon auf die nächsten Seminare, die in diesem Jahr noch kommen.“

Weitere Porträts von Sinnfluencern unter

www.sinnfluencer.net

Marion Ising
ermutigt Menschen,
zu ihrer Einzigartigkeit
zu stehen.



WILLKOMMEN auf dem Gutshof

Unser komplettes
Seminarprogramm
findest du hier:

www.gutshof-akademie.de



11.-14.04.2023
Style Guide Woman



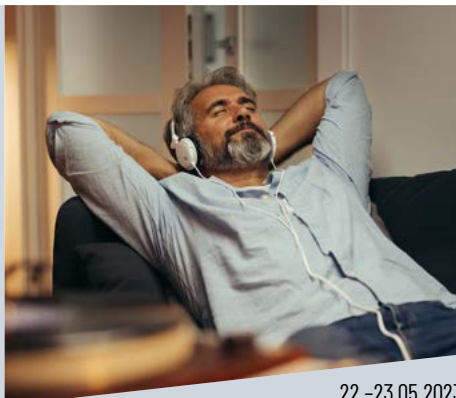
18.-19.04.2023
NEO Masterclass



08.-09.05.2023
Selbsterfahrung Waldbaden



18.-19.05.2023
Forum der Inspiration für Sinnfluencer



22.-23.05.2023
Berufsbegleitendes Sabbatical



30.05.-02.06.2023
Ausbildung zum zertifizierten Resilienzguide



05.-08.06.2023
Image-Beratung Damen und Herren



16.06.2023
Zukunftsmanufaktur mit Professor Gerald Hüther



19.-22.06.2023
Ausbildung Waldbaden