

NLP-Master-Modelling

von

Heike Dieckmann

„Der Weg der Kaiserin“

oder

„Wie hilft mir die Kaiserin in mir - auch nach Rückschlägen - meine Ziele zu erreichen?“



Dies ist der Weg der Kaiserin – Ich erkenne, was ich brauche und will und nehme es mir, in Ruhe und mit der für mich nötigen Zeit. Ich stärke mich durch gute Nahrung, guten Sex, wie er im „Buch der Nonne“ steht, regelmäßigen Schlaf, Verzicht auf Rauschmittel und durch das Versiegeln meines Yins indem ich die „Zinnobermeditation“ praktiziere. Alle anderen Energien lasse ich frei fließen und vermeide jegliche Art von Stagnation und starrem Festhalten. Ich bleibe körperlich wie geistig beweglich. Ich sehe meine Visionen und Ziele bildlich vor mir und lasse mich durch die Kraft meines Unterbewußten führen. Ich erreiche alle meine Ziele, denn ich bin die Kaiserin.



Inhaltsverzeichnis

NLP-Master-Modelling.....	1
Inhaltsverzeichnis	2
Lebenslauf der Kaiserin Wu Zhao	3
Umwelt von Wu Zhao.....	4
Allgemein.....	4
Kindheit von Wu Zhao	4
Jugend von Wu Zhao.....	4
Wu Zhao zurück Palast (noch als Konkubine).....	4
Wu Zhao Frau des Kaisers und als später als Kaiserin	4
Fähigkeiten von Wu Zhao	5
(Geistes-)Wissenschaftliche Kenntnisse.....	5
Wissen über das Weibliche	5
Zielorientiertes Handeln.....	5
Auswahl eines Liebhabers.....	6
Fähigkeiten der Kaiserin in MIR	6
Umgang mit schwierigen Situationen und Scheitern	6
Verhalten von Wu Zhao.....	7
Wu Zhaos Umgang mit anderen Menschen.....	7
Wu Zhaos Umgang mit sich selbst	7
Wu Zhaos Verhalten in schwierigen Situationen oder bei Trauer	7
Verhalten der Kaiserin in MIR	8
Umgang mit anderen Menschen	8
Umgang mit mir selbst	8
Umsetzen und Erreichen meiner Ziele.....	9
Umgang mit Scheitern	10
Umgang mit Liebhabern und Sexualität	10
Glaubenssätze von Wu Zhao und von der Kaiserin in MIR	11
Glaubenssätze über mich.....	11
Glaubenssätze Ziele	11
Glaubenssätze über Männer und Beziehungen	11
Identität von Wu Zhao	12
Identität einer jeden Kaiserin	12
Strategie von Wu Zhao	13
Master-Modell: Zielerreichung / Umgang mit Störungen.....	14

Quellen

„Der Weg der Kaiserin“ von
Christine Li / Ulja Krautwald; Knauer Verlag

Verschiedene Internetseiten



Lebenslauf der Kaiserin Wu Zhao

- 627 Wu Zhao kommt in Sichuan zur Welt. Ihr Vater ist Holzfäller, ihre Mutter und ihre Amme Lao Ma nähren und umsorgen sie großzügig
- 630 Ein Astrologe kommt in das Dorf von Wu Zhao und prophezeit, dass Wu Zhao einmal „Herrscherin des Reiches“ sein wird
- 641 Wu Zhao kommt als Konkubine an den kaiserlichen Hof des Kaisers Tai Zong, ihre Amme begleitet sie
- 641/2 Der Kaiser verliert das Interesse an Wu Zhao, sie wird liebeskrank und konsultiert, veranlasst durch ihre Amme Lao Ma, das erste mal den Medizingott Sun Simiao. Sun Simiao begleitet von nun an als weiser Freund ihren Lebensweg
- 643 Wu Zhao erhält den Titel „Begabter Mensch“, was immer noch ein niedriger Rang ist. Der spätere Kaiser Gao Zong wird zum Kaiser bestimmt
- 649 Der alte Kaiser Tai Zong stirbt, Wu Zhao wird zusammen mit allen anderen Konkubinen, Nebenfrauen und Dienerinnen ins Kloster Ganye gebracht
- 652 Wu Zhao bringt im Kloster ihren ersten Sohn zur Welt
- 653 Wu Zhao wird an den kaiserlichen Hof zurück gebracht
- 654 Wu Zhao ist sich der Liebe des Kaisers Gao Zong sicher, ganz zum Trotz von dessen Frau, der Kaiserin Wang
- 655 Der Kaiser Gao Zong heiratet Wu Zhao. Sie bringt insgesamt vier Kinder zur Welt
- 655+ Wu Zhao führt erstmalig in der Geschichte das „Große Staatsopfer“, das bislang ausschließlich vom Kaiser und seinen Männern durchgeführt wurde, mit ihren Frauen aus
- 670 Wu Zhaos Mutter stirbt und sie trauert zwei Jahre lang
- 674 Wu Zhaos monatliche Essenz versiegt und sie betritt eine neue Kraftära in ihrem Leben, sie bereitet ihre Thronbesteigung vor
- 674 Wu Zhao erdenkt ein großes politisches Programm für die Armen und Frauen und festigt damit ihre Macht
- 682 Der lebenslange Freund und Medizingott Sun Simioa verbindet sich mit dem himmlischen Licht
- 683 Der Kaiser Gao Zong verbindet sich mit dem himmlischen Licht. Ihr gemeinsamer Sohn übernimmt die Thronfolge, Wu Zhao wird zur Regentin
- 688 Ein Stein auf dem zu lesen steht: „Eine Heilige Mutter wird erscheinen, die Menschen zu regieren, ihr Reich wird für immer gedeihen.“ wird aus dem Luo-Fluss gezogen. Wu Zhao nimmt den Titel der „Heiligen Mutter „an
- 690 Wu Zhao setzt sich auf den Thron und gründet eine eigene Dynastie, sie wird Kaiserin und hat ihr Ziel erreicht
- 705 Wu Zhao umarmt ihren letzten Liebhaber – den Tod.



Umwelt von Wu Zhao

Allgemein

- Sie hat einen Freund und Günstling, den Medizingott Sun Simiao
- Sie findet Raum und Muse für Visionen in den Bergen, an Flüssen oder am Meer
- Überall, wo Energien frei fließen können und der Blick unverstellt sein kann, ist ein guter Platz für sie
- Günstige Zeiten für ihre Visionen sind die Nacht und der Sonnenaufgang; hierbei trägt sie die Haare offen und die Kleider weit

Kindheit von Wu Zhao

- Sie ist ein Mädchen vom Lande
- Sie lebt in einer frauenfeindlichen Zeit
- Sie hat eine eine nährende und großzügig umsorgende Mutter und eine liebevolle, weise Amme; ihr Vater ist Holzhändler
- Sie wird von ihren Eltern in Ruhe gelassen, geschützt und genährt; ihre Wünsche und Vorlieben werden respektiert; ihre Mutter handelt nach dem Dao: sie greift nicht ein

Jugend von Wu Zhao

- Sie kommt erst an den kaiserlichen Palast als Konkubine, dann wird sie ins Kloster Ganye verbannt
- Im Kloster gibt es keine Feste, die Frauen dürfen nicht singen und tanzen; die Haare werden ihnen geschoren und die prunkvollen Kleider werden durch sackleinene Klostertracht getauscht. Die Aufnahme in einem buddhistischen Kloster bedeutet den völligen Verlust von Individualität, jeder Kontakt zu Freunden und Verwandten ist untersagt

Wu Zhao zurück Palast (noch als Konkubine)

- Wu Zhao leidet unter den strengen Vorschriften und Etiketten
- Sie wird nicht geschätzt und muss sich gegen Intrigen durchsetzen

Wu Zhao - erst Frau des Kaisers, dann selbst Kaiserin

- Wu Zhao verbringt viel Zeit mit unkastrierten Männern und daoistischen Weisen; sie nimmt an allen Regierungsgeschäften teil
- Sie läßt sich sofort nach der Hochzeit eine neue Residenz errichten – sie baut sich einen prächtigen Palast



Fähigkeiten von Wu Zhao

(Geistes-)Wissenschaftliche Kenntnisse

- Sie ist in medizinischen Fragen und Wissenschaften bewandt; sie fördert den Erhalt des Wissens der Sexualmagie und Medizin aus weiblicher Sicht
 - Sie kennt sich mit Heilkräutern aus und braut das Rezept „Zinnoberelixier“
 - Sie studiert den (sexuellen) Weg der Frauen und „Das Buch der Nonne“
 - Sie kennt die Quellen ihrer Kraft
- Sie kann philosophieren und Gedichte (für den Kaiser) schreiben
- Sie studiert und beherrscht die 36 Strategemen – die Kunst, im Geheimen zu kämpfen

Wissen über das Weibliche

- Sie liest die Zeichen ihres Körpers wie ein Buch und benützt diese, um ihre weibliche Macht ganz zu entfalten und in ihrem Sinne einzusetzen. So kennt sie beispielsweise genau die Phasen, Energien und Kräfte ihres Zyklus:
 - Nach der Menstruation bis Eisprung
Die Yin-Energie steigt, es ist die Zeit ruhig und stabil in sich zu ruhen sowie die eigenen Ressourcen zu regenerieren und zu sammeln
 - Eisprung
Geheimnisvolle Phase, in der das junge Yang das voll entwickelte Yin in Aufruhr versetzt
 - Zwischen Eisprung und Menstruation
Die Yang-Energie steigt, es ist die Zeit für Aktivität, Herausforderungen und für die Umsetzung von Zielen
 - Menstruation
Extremes Yang schlägt in junges Yin um, es ist der Zeitpunkt für Öffnung und Extase
- Sie beherrscht die „Zinnobermeditation“ zum Versiegeln ihres Yins

Zielorientiertes Handeln

- Sie lenkt ihre Gedanken und schafft sich so eine von ihr allein beherrschte Welt
- Sie hat den Mut, ihre eigenen Sehnsüchte auszuleben und verfolgt ihren eigenen Weg mit Entschlossenheit - sie weiss, was sie will
- Sie erkennt die Zusammenhänge und sorgt für einen klaren Kopf



Auswahl eines Liebhabers

- Sie erkennt die Qualität eines Liebhabers an Form und Farbe seiner Zunge
 - Der Feuermann
Er hat eine lange, spitze Zunge von kräftigem Rot. Hat er nur wenig Belag auf der Zunge, ist er der ideale Liebhaber. Ist die Zunge völlig belaglos, knallrot oder eingerissen, kann es sein, dass sich dieser Mann zu sehr verausgabt, von Impotenz bedroht ist oder nicht mehr lange lebt
 - Der Holzmänn
Er hat eine breite Zunge mit deutlichen Muskelbällchen an den Seiten und aufgeworfenen Rändern. Ein solcher Mann ersetzt Erotik durch pure Potenz; meist ist er cholerisch und aggressiv und seine Machtgier läßt ihn vor allem auf äußere Reize (=> Silikonbusen) reagieren.
 - Der Metallmann
Er hat eine Zunge wie ein viereckiges Paket. Ein solcher Mann ist sehr vernunftsbetont und die Kaiserin gibt ihm lieber ihre Steuererklärung als ihren Körper; er kommt als Liebhaber kaum in Frage.
 - Der Wassermann
Er hat eine sehr dünne Zunge, die nur an der Spitze rot ist. Ein solcher Mann ist meist sehr schüchtern, etwas schwierig und sehr ich-bezogen. Er inspiriert sich gerne durch erotische Schriften und Spielzeug; als Liebhaber kann er durchaus amüsant sein.
 - Der Erdemann
Er hat eine weiche, rosa, breite und oft etwas gedunsene Zunge. Er ist ein Geniesser und läßt sich Zeit. Er verwöhnt gerne und wenn seine Zunge nicht zu blass und gedunsen ist, zieht in die Kaiserin durchaus als Liebhaber in Betracht.

Fähigkeiten der Kaiserin in MIR

Umgang mit schwierigen Situationen und Scheitern

- Ich weiss, dass ich von einer Katastrophe, einem Scheitern profitieren kann und nütze die Zeit des Stillstands, um meine Wurzeln zu stärken
 - Ich wandle Missgeschicke mit meiner Kreativität in günstige Situationen um, indem ich ungünstige Situationen blitzschnell umbewerte und neue Strategien aus dem Moment erschaffe
 - Wenn meine Intuition nicht ausreicht, setze ich bewusste und kühl berechnende Planung ein
- Ich heile mich durch meinen Geist und meine Geisteskraft. Dies ist der Weg des inneren Zinnobers
- Ich denke strategisch, handle zielorientiert und bündle meine Kraft
- Ich kann meine Kräfte gut einsetzen und dabei nach Belieben für meine Umwelt undurchsichtig bleiben



Verhalten von Wu Zhao

Wu Zhaos Umgang mit anderen Menschen

- Sie trennt sich von schädlichen Einflüssen
- Sie ist listig und genießt den Kampf, der immer von ihr gesteuert ist
- Sie baut Netzwerke und schafft sich Verbündete
 - Sie liebt ihre Freunde, vor allem die weiblichen Verwandten hingebungsvoll und verfolgt ihre Feinde erbarmungslos
 - Sie knüpft ihr Machtnetz am Hofe
- Sie wählt die Menschen, mit denen sie sich umgibt streng aus; den Kontakt mit unedlen Menschen meidet sie genauso wie sinnloses Herumgezanke

Wu Zhaos Umgang mit sich selbst

- Sie kennt ihr Ziel(e) und handelt danach
- Sie nützt die Zeit ihrer Menstruation, denn sie weiss, dass dies eine magische Zeit ist
 - Während der Menstruation wählt sie mit noch mehr Bedacht, wessen Anwesenheit ihr gut tut und wen sie meidet
 - Sie lauscht jetzt ganz genau ihrer inneren Stimme
 - Sie betreibt Blutsmagie um ihre Liebhaber an sich zu binden und in Kontakt mit ihren Ahninnen zu treten
- Sie geht ihren eigenen, individuellen Weg kompromisslos und ist nichtJedermanns-Liebling
- Sie hat viele Liebhaber, jedoch nur Qi-reiche, meist jüngere Männer; unter ihren Liebhabern sind viele daoistische Mönche und junge Künstler
- Sie ernährt sich bewußt und bevorzugt frische, Qi-reiche Nahrung wie Getreide, (Süß-) Kartoffeln, Reis, Melonen, Kürbisse; sie trinkt viel Kräuterelexiere und -tees
 - Sie trinkt keinen Alkohol, raucht nicht und isst nur wenig Fleisch
 - Sie isst in Ruhe und mit Genuss, was sie essen möchte und hält sich nicht an Diäten
 - Beim Essen spricht sie nur über das Essen, niemals über Probleme oder Regierungsangelegenheiten

Wu Zhaos Verhalten in schwierigen Situationen oder bei Trauer

- Sie ist störrisch und ungebärdig; sie ist mutig und traut sich
- Sie nimmt sich die Zeit zum Trauern, denn sie weiss, dass ausreichende Trauer die Voraussetzung für den Neubeginn ist.
 - Sie läßt Todgeweihtes gehen und läßt sich fallen in das Ungewisse, in die Passivität
 - Sie sortiert und trennt sich von allem Überflüssigen und fragt sich: Brauche ich das wirklich? Stärkt oder schwächt es mich?
 - Gegen die Trauer stärkt sie ihr blockiertes Metall (den Verstand) mit Früchten, Mandeln, Sprossen, Ginseng, Schönheitsschlaf und Körperpflege mit Mandel- & Sesamöl



Verhalten der Kaiserin in MIR

Umgang mit anderen Menschen

- Ich entscheide mich dafür, gesehen zu werden
- Ich umgebe mich nur mit edlen Menschen und ich verfallende nicht der Illusion, unedle Menschen verbessern zu können
 - Ich halte mich nicht damit auf, anderen vorzuschreiben, was sie tun sollen
 - Edle Menschen dienen mir als Inspiration
 - Ich missioniere nicht und beharre nicht auf meinen alten Erkenntnissen, denn ich weiss, es gibt kein Wahr und Falsch

Umgang mit mir selbst

- Ich finde die Liebe in mir selbst und muss niemanden etwas beweisen
 - Ich schätze meinen Körper und alle meine Organe
 - Ich gebe mich dem Genuss und zur richtigen Zeit auch meiner Faulheit hin und stärke so meine Mitte
- Ich verlasse mich nicht nur auf das Glück, denn ich weiss, dass sich erfolgreiche Menschen vor allem auf ihre Intelligenz, ihre Intuition und ihre Strategie verlassen
 - Ich gehe nach innen, folge meiner Intuition und höre auf meine innere Stimme
- Ich bin entspannt und gelassen, wenn ich mir etwas Großes vorstelle und konzentriert bei Kleinigkeiten
 - Ich bin auch in meinem Körper eine Kaiserin, ich nähre die Natur der weiblichen Kraft in mir und lasse die weiblichen Energien fließen
 - Ich genieße meine Macht und Magie
- Ich bewege mich ausreichend und mit Lust, keinesfalls jedoch mit verbissener Anstrengung
 - Ich bewege mich viel in der Natur, laufe barfuss, meditiere und mache Qi-Gong
 - Ich bewege auch meinen Geist und meine Phantasie, indem ich beide durch Kunst, Musik und eine fundierte Ausbildung stärke
- Ich bestimme mein Leben selbst und lebe ohne vorgegebene Muster, Konventionen und Normen, wie eine Frau zu sein hat. Althergebrachte Moralvorstellungen gelten mir nichts.
 - Ich gehe meinen Weg und rolle mir dabei selbst einen roten Teppich aus
 - Ich folge meinen Vorlieben und wähle und entscheide selbst für mich
 - Ich gebe niemals die Kontrolle über mein eigenes Reich auf; ich beherrsche mein Reich
 - Niemals ziehe ich in das Reich einer Vorgängerin. In meinem Reich mache ich die Regeln - Formen, Farben, Materialien, Orte und Besucher müssen mir entsprechen
 - Ich weigere mich als seelischer Mülleimer und immer präsentetrostspenderin mißbraucht zu werden
 - Ich warte nicht auf Hilfe von aussen, sondern nehme mein Leben selbst in die Hand
- Ich kenne meinen Wert und verhalte mich danach

NLP-Master-Modelling: Der Weg der Kaiserin



- Ich erledige keine Arbeiten, die ein weniger begabter oder qualifizierter Mensch auch erledigen könnte
- Ich fordere souverän den gerechten Lohn für meine Arbeit, ohne in einen zänkischen oder klagenden Tonfall zu verfallen
- Ich nütze die Kraft eines jeden Lebensalters. Mir geht es um Intensität und Lebendigkeit
 - Ich weiss, Jugendlichkeit und Lebendigkeit kommen von innen durch Freude, Spontaneität und ständiges Erneuern meiner Ideen
 - Ich freue mich über den Wechsel, denn jeder Wechsel bringt neue, interessante Erfahrungen
 - Ich nähre und regeneriere mein Yin, denn ich will was vom Leben haben
- Ich mache mir keine Illusionen. Meinen Wert kann ich nur selbst erkennen und ins rechte Licht stellen. Wenn ich mich wertschätze, liebe und nähre, werden andere meinem Beispiel folgen. Das ist der Fluss der Energie.
- Ich lebe und liebe bis zum letzten Atemzug
 - Ich bereue nur die Dummheiten, die ich nicht begangen habe
 - Freude ist für mich wichtiger als das Einhalten von Regeln
 - Ich lache gerne – am meisten über mich selbst
 - Ich verliere nie den Kontakt zum Leben und lebe so intensiv, als könnte ich in der nächsten Stunde sterben
 - Ich habe keine Angst vor dem Tod. Wenn es soweit ist, stürze ich mich ohne Reue dem Tod in die Arme, er ist mein letzter Geliebter

Umsetzen und Erreichen meiner Ziele

- Ich pflege meine Visionen und stelle mir meine Ziele bildlich vor
- Ich weiss, was ich brauche und handle danach
 - Ich erzwinge nichts und lasse mir die Zeit, die ich brauche
 - Ich erkenne meinen eigenen Weg und laufe nicht auf ausgetretenen Pfaden hinter anderen her. Ich bin fest verwurzelt
 - Mein Verwurzelte sein gibt mir die notwendige Kraft, Energie und Sicherheit, um schwierige, nervenaufreibende Situationen durchzustehen
- Ich lasse mir nicht von jedem in die Karten schauen und schade mir nicht durch unkontrollierte Gefühlsausbrüche
 - Ich bleibe auch bei Schlägen unter die Gürtellinie höflich und gelassen; ich lasse mich nicht provozieren
 - Ich lege meine Pläne nur gezielt offen, denn ein zu frühes Offenlegen kann alles verderben. Manchmal ist es dabei nötig monatelang klug und strategisch in der Stille zu handeln und lange im voraus zu planen
 - Ich verrate nicht alle meine Geheimnisse
- Bei jedem Kampf ist es wichtig, die Entscheidung über Ort und Zeit selbst zu treffen, denn ich möchte gewinnen und nicht nur Dampf ablassen oder mein momentanes Recht demonstrieren
 - Ich gehe keiner Gefahr aus dem Weg; ich mache mir nichts vor
 - Ich blicke meiner Angst in die Augen – Visionen brauchen Mut
 - Ich stelle mich der Wahrheit
 - Ich weiss, es kommt auf den richtigen Zeitpunkt an und entscheide bewusst zwischen der offenen Auseinandersetzung und der Strategie



Umgang mit Scheitern

- Auch nach einem Scheitern gebe ich mich nicht selbst auf und tue nichts aus Verzweiflung. Stattdessen stärke ich meine Kraft durch bewußten Rückzug und Meditation, denn Erneuerung entsteht aus der Tiefe
 - Ich weiss, in äußerster Stille und Konzentration regeneriert sich der Wille, die sexuelle Energie und die Ausstrahlung
 - Ich jammere und klage nicht, denn ich weiss, dass Klagen und Jammern meinem Qi schadet. Ich entscheide bewußt, wann ich schweige
 - Ich akzeptiere, dass es schmerzhaft, schmutzige und traurige Seiten des Lebens gibt, denn nur durch diese kann die Kaiserin in mir auch weise werden

Umgang mit Liebhabern und Sexualität

- Ich richte meine Sehnsucht nicht auf einen Mann, sondern darauf, was ich im Leben erreichen will. Dazu kultiviere ich meine schwächeren Seiten liebevoll, gezielt und mit Respekt und schätze meine Fähigkeiten realistisch und wohlwollend ein
- Ich suche mir einen neuen Liebhaber, wenn ich von meinem aktuellen nicht das bekomme, was mir gut tut
 - Ich tue niemals irgendwelche sexuellen Gefälligkeiten und bin nicht unterwürfig
 - Es geht mir eher darum meine eigene Sexualität kennenzulernen und zu genießen als darum, die Bedürftigkeit eines Mannes zu befriedigen
 - Ich bin schamlos und habe meine eigene Moral
 - Ich bevorzuge kräftige, Qi-reiche (jüngere) Männer
- Ich lehne Männer ab, die Frauen nur als Dekoration für ihr Ego suchen, die sich vor starken Frauen fürchten, die eine kostengünstige Gesellschafterin oder Pflegerin oder die eine jüngere Frau suchen, um von deren Vitalität zu profitieren
 - Ich wähle einen Mann mit differenzierten Ideen, Träumen, Visionen, ohne rigiden Auffassungen und Konventionen
 - Ich wähle einen Mann für den Esprit und erregender Sex untrennbar miteinander verbunden sind
 - Ich lege mir nur talentierte Liebhaber zu



Glaubenssätze von Wu Zhao und von der Kaiserin in MIR

Glaubenssätze über mich

- Jede Frau kann Kaiserin sein
- Alles, was ich (als Kaiserin) brauche, liegt seit meiner Geburt in mir
- Körper und Seele sind eins
- Die stärkste aller Wirkungen hat der Geist. Die Energie folgt den Gedanken
- Ausstrahlung und Duft kommen von innen
- Weisheit von Sun Simiao: „Nähre Deine Essenz mit Kräutern und Nahrung und sammle Essenz beim Wolken- und Regenspiel. Essen und Trinken, Mann und Frau, dies sind die großen Beweger. Aber jung soll er sein und reich an Essenz.“
- Je ungestörter sich etwas Zartes entwickeln kann, um so kräftiger wird es wachsen, um so mehr wird es sich seiner Bestimmung nach entwickeln. Das gilt für Menschen genauso wie für Ziele.
- Weisheit von Sun Simiao: „Jedesmal, wenn wir uns aus Feigheit oder Bequemlichkeit gegen unsere inneren Impulse entscheiden, büßt die Essenz, der Wille zu wachsen, ein klein wenig von ihrem Schwung ein. Der sinnlose Kampf gegen das Altern kostet täglich Lebenskraft und verhindert durch geistige Stagnation das Wachstum.“

Glaubenssätze über Ziele

- Visionen brauchen ihre Zeit. Wenn der Wille stark genug verwurzelt ist, erneuern sie sich, gleichgültig, wie intensiv die Erfahrung des Scheiterns war
- Es gibt Zeiten für aktives Handeln und Zeiten, da ist es besser zu ruhen
- Konfuzius sagt: „Hast Du einmal Dein Ziel ins Auge gefasst und Deinen Standpunkt eingenommen, so kannst Du loslassen und Dich völlig Deiner Intuition anvertrauen.“
- Die Wege der Verwirklichung von Zielen sind seltsam und geheimnisvoll, sie wirken über das Unbewußte und teilen sich auf verborgene Weise mit
- Macht reproduziert sich, daher muss der erste Schritt, so klein er auch sein mag, sicher und gelassen sein; alle weiteren Schritte folgen dann von selbst
- Jede Rechnung kann durch eine andere Rechnung widerlegt werden. Die Wahrheit liegt jenseits aller Berechnungen
- Wer sich der Trauer verschließt, isoliert sich von einem Teil der tiefsten, menschlichen Gefühle und wird hart und leblos. Die Trauerzeit ist notwendig, um die Gefühle zu Grabe zu tragen und mit ihnen abzuschliessen
 - Chinesisches Sprichwort:
„Wenn das Alte nicht geht, kann das Neue nicht kommen“ oder
„Wenn der Alte nicht geht, kommt kein Neuer“

Glaubenssätze über Männer und Beziehungen

- Es ist tausendmal besser, keinen Mann zu haben, als einen schlechten
- Es gibt einen Kaiser, der meiner würdig ist und wir werden uns erkennen



Identität von Wu Zhao

- Sie ist Mutter, leidenschaftliche Liebhaberin, Künstlerin und Gelehrte
- Wu Zhao bedeutet im Dao: Die Weisheit des Nichteingreifens in die geheimnisvollen Mechanismen des Unergründlichen
- Sie ist eine Jägerin und jagt mit der Magie des Blutes
- Sie ist Kaiserin

Identität einer jeden Kaiserin

- Ich bin als Kaiserin und ich bin frei geboren
- Ich bin und bleibe eine Kaiserin
 - Ich bin und bleibe eine Kaiserin, unabhängig davon, in welchen Schwierigkeiten ich im Moment stecke und wie klein mein Reich gerade ist
 - Als Kaiserin bin ich eine starke Frau mit einer starken Mitte. Starke Frauen fördern sich gegenseitig; sie wissen, dass hinter der Konkurrenz von Frauen immer eine schwache Erde steckt
 - Ich wertschätze mich als Kaiserin und handle wie eine Kaiserin
- Ich weiss um meine Bestimmung und erfülle sie
- Ich bin wild und geheimnisvoll
- Meine Lust und meine Freude sind der Maßstab für mein Handeln
- Ich bin eine Trendsetterin: Ich kenne meine Besonderheiten, grenze mich ab von äußeren Trends, setze meine eigenen Zeichen und ruhe in mir selbst
- Ich habe keine Angst vor dem Nichts
- Meine Zeit wird kommen. Üppigkeit und Fülle, Liebe und Wärme dieser Welt stehen mir zu.
 - Ich muss nicht fordern oder gar nörgeln, ich bekomme und nehme mir alles mit größter Selbstverständlichkeit. Es ist für mich selbstverständlich, dass ich gut behandelt werde
- Ich bin einzigartig und verweigere den Vergleich mit anderen grundsätzlich. Andere mögen ihre Vorzüge haben - was ich kann, kann nur ich
- Ich führe mein Leben und nicht ein Leben aus zweiter Hand, ich verdiene das Echte
- Mein Leben ist aufregend; ich liebe mein Leben und das Leben liebt mich
- In der ersten Hälfte meines Lebens geht es um die Abfolge der Generationen, ganz gleich ob ich mich entscheide selbst zu gebären oder nicht. Die zweite Hälfte des Lebens, nach dem Versiegen der Menstruation, gehört mir allein und ich habe alle Kraft für mich selbst
 - Ich, als Frau um die Fünfzig bin eine mächtige Matrone und nicht das liebevolle Mädchen, das ich von jeher nie war
- Ich erschaffe mich stets neu aus mir selbst heraus
- Ich habe viele Chancen
- Ich bin visionär und weise. Meine Weisheit ist nicht von dieser Welt
- Ich bin ich. Die Kaiserin.Punkt.



Strategie von Wu Zhao

Wu Zhao hat im Jahre 690 ihr Lebensziel erreicht – sie hat ihre eigene Dynastie gegründet und ist Kaiserin. Sie ist bis heute die einzige weibliche Herrscherin, die je in der chinesischen Geschichte regiert hat.

Um ihr Ziel zu erreichen, hat sie intuitiv und unbewußt eine wunderbare und einfache Strategie entwickelt mit Rückschlägen und verletzenden Situationen umzugehen – und dies ist ihre Strategie:

1. Visuell (intern, positiv)
Sie stellt sich ihre Visionen und Ziele bildlich vor
2. Kinästhetisch (extern, negativ)
Ein negatives, äußeres Ereignis (z.B. Missachtung durch den Kaiser, Verbannung ins Kloster, Tod ihrer Mutter) erschüttert ihren Weg
3. Kinästhetisch (intern, negativ)
Sie jammert und klagt; sie zieht sich zurück, vernachlässigt sich und leidet
4. EXIT 1: Berater (extern, später auch intern auditiv) => Dissoziation
Ein persönlicher Berater (in jungen Jahren ihre Amme Lao Ma, später eine innere Stimme von Wu Zhao) dissoziiert sie vom Geschehen
5. Kinästhetisch (intern)
Sie zieht sich zurück und meditiert, d.h. sie sucht die Ruhe und Zurückgezogenheit, sie hält alle äußeren Einflüsse von sich fern und konzentriert sich nur auf sich
6. Auditiv (intern)
In der Ruhe und Zurückgezogenheit hört sie auf ihre innere Stimme
7. Visuell (intern)
Aus der Ruhe und Dissoziation betrachtet sie ihr Ziel, ihre Vision und vergleicht das schöne Zielbild mit dem vergleichsweise kleinen Bild der Störung
8. Kinästhetisch (extern)
Sie tut sich selbst etwas Gutes (z.B. trinkt sie Kräutertees, geht in die Natur, singt und lacht)
9. EXIT2 => weiter gen Ziel
Mit dem guten Gefühl im Bauch, dem Zielbild deutlich und klar vor ihrem inneren Auge und ihrem internen Zuspruch beschreitet sie lachend und mit festem Willen wieder assoziiert ihren Weg. Sie geht mit festem Schritt und lachendem Herzen ihrem Ziel, Kaiserin zu werden, entgegen.



Master-Modell: Zielerreichung / Umgang mit Störungen

0. Bodenanker installieren für
G: Gegenwart
E: Zeitpunkt des negativen Ereignisses
Z: Zeitpunkt der Zielerreichung
MM: Meta-Meta (ausserhalb des Prozesses)
M: Meta-Ressourcenpunkt (innerhalb des Prozesses)
1. Zielphysiologie (VAKOG) auf Z abrufen und visuell, intern ankern
⇒ Meta-Meta oder Separator
2. kurz! Problemphysiologie (VAKOG) auf E abrufen und visuell, intern ankern
⇒ Meta-Meta oder Separator
3. auf Meta: Dissoziieren und Ökocheck
Willst Du Dein Ziel trotz dem negativen Ereignis E noch erreichen? Oder wie mußt Du Dein Ziel umformulieren, um die positive Absicht von E zu integrieren?
4. auf Meta bleiben: „Swich“ mit Zielbild und Problembild
Zielbild groß über das Problembild ziehen oder neues Bild ankern, bei dem das Zielbild das Problembild überstrahlt
5. auf Meta bleiben: Ressource finden – Was tut Dir gut? Womit kannst Du Dich selbst wieder motivieren? ⇒ Moment of Excellence installieren / Ressource ankern
6. auf Meta bleiben: Internen „Motivationspruch“ kreieren: Was würdest Du Dir von hier aus zurufen, um Dich anzufeuern Deinem Ziel zu folgen?
7. Auf G: Moment of Excellence abrufen, internen Motivationspruch sagen lassen, Zielbild visualisieren und den Klienten fragen: „Und was ist mit all diesen Ressourcen jetzt Dein erster Schritt in Richtung Ziel?“
8. ⇒ Future pace: In Richtung Ziel laufen (S1 finden) und VAKOG die neue Zukunft genießen
9. EXIT

