

Europäisches Institut für  
Walking-In-Your-Shoes®

GEHEN HEISST VERSTEHEN  
Das  
*Walking-In-Your-Shoes*  
Magazin



**WIYS**

Walking in your shoes®




Gehen heisst verstehen

# WALKING IN YOUR SHOES Magazin

There's something

1. Ausgabe des WALKING IN YOUR SHOES Magazins, Gehen heisst verstehen. Redaktion: Torsten Koch,  
Tremelobaan 138, 3140 Keerbergen, Belgien, Herausgeber: Europäisches Institut für WALKING-IN-YOUR-SHOES  
Das Copyright liegt beim Herausgeber.



Wenn  
ich  
stehenbleibe  
kann ich nicht mehr  
denken, ich muss mich  
bewegen!

*about walking...*

# Inhalt

- 4 WALKING IN YOUR SHOES im Bild  
Impressum
- 5 Vorwort des Redakteurs
- 6-8 Rezensionen zu Christian Assels Buch
- 10-19 Feedback zu besonderen Walks
- 20 Erfahrungsbericht aus Belgien
- 21 Walk in der Rolle als „Krankheitsbild:  
"Schizophrenie“
- 23 Sonderthema Coaching

Dringend gesucht für die nächste Ausgabe:

- Artikel aus eurer Feder
- Interviewpartner
- Bilder
- Berichte
- Fotos,
- .....

Impressum

Verantwortlicher Herausgeber: Christian Assel, Europäisches Institut für WALKING-IN-YOUR-SHOES

Redakteur: Torsten Koch, Tremelobaan 138, 3140 Keerbergen, Belgien.

ISBN:



# Vorwort des Redakteurs

Liebe WALKING IN YOUR SHOES® Gemeinschaft,

auf Initiative von Christian Assel erscheint ab sofort unser WALKING IN YOUR SHOES Magazin, zuerst unregelmässig, dann sicher in periodischen Abständen.

Als ich auf der Homepage des Instituts las, dass Christian einen Redakteur suchte hob ich sofort innerlich die Hand. Ich sehe dieses Magazin als eine schöne Aufgabe und als Herausforderung gleichzeitig.

Unsere Zeitschrift wird in der Zukunft sicher auf seine Leser angewiesen sein: Was sind eure Erfahrungen mit WIYS? Wo seht ihr Entwicklung-und Weiterentwicklungspotential? Welche Erfahrungen habt ihr mit eurem eigenen Marketing gemacht?

Es gibt so einige Themen, die für uns alle interessant sein könnten. Deshalb ist das Magazin auch gegenüber allen Vorschlägen aufgeschlossen. Wir werden uns jede erdenkliche Mühe geben eure Rückmeldungen zu integrieren. Ich als Redakteur sehe es als meine hauptsächliche Aufgabe an das WALKING IN YOUR SHOES Magazin zu einem Werkzeug für euch mit euch zu machen.

WIYS ist für mich mehr geworden als eine neue Selbsterfahrungsmethode, die ich eher zufällig entdeckt habe. Es ist eine tragende Säule meiner beruflichen Aktivität geworden. Mehr eine Liebe, innig und tief, als ein reiner Broterwerb. Die Walks erleben und leiten zu dürfen erfüllt mich mit tiefer Befriedigung. Menschen, die vor einigen Stunden noch besorgt, traurig, frustriert oder verzweifelt waren, verlassen uns "besser", verändert und oft mit Optimismus und neuer Lebensfreude. Andere berichten und ihr werdet das aus eurer WIYS-Aktivität wahrscheinlich kennen, dass sie zwar die gesehenen Dinge schon wussten oder ahnten, die körperbetonte Walkingaktivität ihre Probleme, Nöte und verfahrenen Lebenssituationen viel anschaulicher und begreiflicher gemacht habe. Lösungen werden greif-und begreifbarer.

Deshalb bin ich Christian Assel sehr dankbar, dass er mir diese Aufgabe anvertraut hat. Ebenso dankbar bin ich Joseph Culp, der mir in 2012 das WIYS in Hannover während eines schönen Sommerwochenends noch näher gebracht hat.

Nun denn, packen wirs an. Ich wünsche euch bei der Lektüre unserer Zeitschrift viel Vergnügen und bin auf eure Rückmeldungen sehr gespannt!

euer

Torsten Koch



Nachdem ich im Vorwort geschworen habe, dass dieses Magazin den Lesern einen Platz in der ersten Reihe einräumen wird wollen wir damit direkt beginnen. Den Walkern das Wort!

Rezensionen zu Christians Buch.

Seinem Motto "so viel Theorie wie nötig-so viel Praxis wie möglich" treu bleibend, beschreibt der Autor aus seiner eigenen Sicht, den theoretischen Teil seiner Arbeit, durchzogen mit anschaulichen und ausdrucksstarken Beispielen, ohne in ermüdende Erklärungen auszufern oder bloße Schaulust zu fördern.

Durch den empathischen und respektvollen Umgang, den der Autor mit jedem Einzelnen und der Sache selbst pflegt und, indem er bis zum Interview mit Joseph Culp und John Cogswell am Ende des Buches, den Leser an seinem eigenen Lern- und Wachstumsprozess auf unterhaltsame und authentische Weise teilhaben lässt, gelingt es Christian Assel, beim Leser einen bleibenden Eindruck von Bodenständigkeit und Handwerk zu hinterlassen. Überzeugt von der Wirksamkeit der Prozessarbeit und informiert und inspiriert zugleich, fühlt sich der Leser eingeladen, mit am Prozess beteiligt- und gerade zu ermutigt zu sein, sich selbst auf die abenteuerliche Reise dieses Weges zu machen.

Nicht nur als lernende und praktizierende Leserin, sondern als Mensch unter Menschen, finde ich im Buch meine Erfahrung, dass ich gerade in und durch meine Individualität angeschlossen bin, also mein Gefühl der Zugehörigkeit an ein „Einssein“ bestätigt wird. Die erklärenden Teile des Buches sind meiner Meinung nach vollständig, in klar verständlicher Sprache gut zugänglich, und durch den zum Teil auch humorvollen Stil, kurzweilig gelungen.

Gut gefallen haben mir die facettenreich enthaltenen Botschaften über „die Möglichkeit der Hingabe an die Leere und Rückkehr zur eigenen Natur“, „das Mitfühlen und Verstehen mit dem ganzen Körper als Sinnesorgan“, „das bedingungslose, werturteilsfreie gegenseitige Heilen als Prozess des „Ganzwerdens“ und der Ausspruch: „Hast du ein Problem, geh es!“

In die Beispiele konnte ich mich gut einfühlen; besonders tief berührten mich unter anderem die Intensität von „Opa Leos“ Monolog, wie auch das Bild von der „Mutter im Spiegel“ oder der Prozess der Erkenntnisfindung im „Tigerkäfig“.

Ich kann das Buch mit den Worten: „Nicht denken, fühlen!“ jedem Interessierten, Suchenden, an Inspiration, Bewusstheit, Entwicklung und Wachstum interessierten oder kurz... allen Lesern empfehlen.

Mareen

Es ist Christian Assel gut gelungen, die recht neue Methode des "Walking in your shoes" (WIYS) vorzustellen und sowohl in Vorgehensweise wie auch der Wirkung anschaulich zu beleuchten.

Dabei wird klar herausgehoben, wo das ergänzende Potential zu einer (Familien)aufstellung liegen- und wo das "Walken" alternativ zum Einsatz kommen kann.

Sehr interessant zu lesen fand ich die vom Autoren geführten Interviews mit den beiden Begründern des WIYS. Hier haben mich besonders die tiefgründige Einordnung und Beleuchtung der Ergebnisse des Walkens für sich eingenommen, die durchaus nicht immer wörtlich zu sehen sind - es gibt eben nicht "die" Wahrheit, sondern verschiedene Blickwinkel und Symbolsprachen, und was zählt ist die Wirkung, durch zahlreiche Beispiele belegt.

Die Lektüre ist spannend und verständlich sowohl für den interessierten Laien als auch für Therapeuten/Berater, die aus der systemischen Arbeit kommend sich mit einer neuen Methodik auseinandersetzen möchten. Es macht Lust auf mehr - nicht zuletzt einen Workshop oder eine Fortbildung, um das Beschriebene in der Praxis mitzuerleben.

Karin Müller7

Das Verstehen eines anderen Menschen fällt uns oft so schwer. Manchmal wäre ein ehrliches, gutes Gespräch hilfreich, um Probleme aus der Welt zu schaffen oder Konflikte zu lösen. Wenn das aber nicht geht, aus welchen Gründen auch immer, dann bietet sich die Methode „Walking-in your-shoes“ an, die Christian Assel in seinem Buch beschreibt.

Allerdings ergänzt er die ursprüngliche Methode von Joseph Culp und John Cogswell, bei der es sich um reines Gehen handelt, mit den Elementen der Familienaufstellung.

Die Interviews mit den Begründern der Methode „Walking-in-your-shoes“ (WIYS) sind äußerst interessant und tragen sehr zum Verständnis der Methode bei. Sie sollten vielleicht am Beginn des Buches stehen und nicht erst im Anhang.

Auch die Gedanken des Autors in Kapitel 6 haben mich sehr beeindruckt.

Dass die Stellvertreterrollen tatsächlich funktionieren, haben viele Menschen schon erlebt, die Aufstellungsarbeit machen. Egal ob Familienaufstellung, Trauma-Aufstellung oder eben WIYS, es ist nicht zu erklären, aber es geschieht.

Eine kritische Anmerkung habe ich jedoch: Meiner Meinung nach nehmen die Beispiele für Familienaufstellungen zu viel Platz in diesem Buch ein. Ich persönlich hätte lieber noch mehr Beispiele zu reinen Walks gelesen.

Es ist jedoch sehr gut, dass Christian Assel diese Methode für eine breite Öffentlichkeit zugänglich macht.

Ich könnte mir vorstellen, dass viele Menschen das Walken als hilfreiche Methode für sich entdecken, um damit mehr Empfinden und Verständnis für sich selbst und für Andere zu entwickeln.

Es ist zu hoffen, dass Christian Assel einen zweiten Band schreibt, der sich noch intensiver mit dem reinen Walking befasst.

„Der Weg zu sich selbst ist der schwerste“

Ingeborg Krenberger

Freie Fachjournalistin

Mit großer Erwartung habe ich auf das Buch gewartet und meine Erwartung wurde fast erfüllt. Ja, nur fast denn ich habe es viel zu schnell gelesen und freue mich jetzt schon auf den Nachfolger, denn es sicherlich bald geben wird.

Eine gute Aufmachung, ein Buch mit klaren, verständlichen Worten das einen schnell mit dem Walking in your shoes vertraut macht.

Besonders das Interview mit Joseph Culp hat mir gut gefallen. Die Beispiele aus der Familienaufstellung hätten von meiner Seite nicht sein müssen, da dass Walking in your shoes einfach auch ein ganzes Buch ausgefüllt hätte.

Ich bin froh, dass ich es lernen durfte und ist eine große Bereicherung für meine Arbeit.

Dorina



## Rezension von Manfred Joppke, Coach und Leiter für Systemaufstellungen

Gehen heißt verstehen - WALKING IN YOUR SHOES - Die Alternative zur Familienaufstellung (Vorwort von Joseph Culp) von Christian Assel

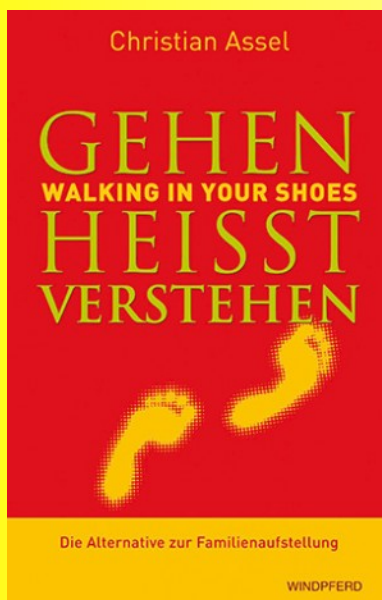
Sehr gut an dem vorliegenden Buch gefällt mir, dass es sehr lebendig und mit einer klaren erfrischenden Sprache geschrieben wurde. Ein Buch, das aus der Praxis der Walking-Methode für die Praxis geschrieben wurde. Mit vielen praktischen Beispielen, die zum Teil ausführlich erläutert werden und auch dem Neueinsteiger sehr gute Einblicke in diese neue Methodik ermöglicht.

Christian Assel lässt den Leser teilnehmen, wie er die Methodik „Walking in your shoes“ bei seinen Aufenthalten in den USA kennen lernt und als erfahrener Leiter für Familienaufstellungen die Gemeinsamkeiten, aber auch das Neue und spannende Potenzial für die Erweiterung seiner Aufstellungsarbeit entdeckt. ... Schilderung der ersten praktischen Walks, die Christian Assel in Deutschland durchführt, und kontinuierlich das einzigartige Potenzial dieser Methodik erkennt und weiterentwickelt.

Besonders die ausführlichen Interviews mit den Begründern, dem Schauspieltrainer Joseph Culp und dem Psychater und Therapeuten John Cogswell, beleuchten sehr gut den fachlichen Hintergrund des walkens.

Als Teilnehmer dieser ersten walks und der späteren Ausbildungsgruppe erfreut mich die Transparenz und die gut erläuterte Schilderung der Möglichkeiten, die diese neue Methodik für den Bereich der Aufstellungsarbeit Bereit hält.

Mein persönliches Fazit: ein wertvolles Buch, das diese neue Methode in Deutschland erstmalig vorstellt und für den Experten wie für den interessierten Laien einen spannenden Einblick gibt in die Möglichkeiten und Anwendungsgebiete von walking in your shoes.



Broschiert: 152 Seiten

Verlag: Windpferd; Auflage: 1.  
(30. Oktober 2010)

Sprache: Deutsch

ISBN-10: 3893856412

ISBN-13: 978-3893856411

Liebe Walkfreunde der Wiys Studiengruppe,

ich möchte Euch mein feedback zu den besonderen Walks vom 14.05.2011 geben.

Ohne Erwartung bin ich nach Hannover gekommen und fand mich in einer wunderbaren Gruppe, die positive Energie ausstrahlte, sehr gut aufgehoben.

Die Walks wurden sehr gut geleitet und Danke für den Mut, an die lieben Menschen, die den Walk gegangen sind.

Die Wahl der Themen für die Walks ergaben für mich eine Geschichte des Lebens und fügten sich von Beginn bis zum Ende des Tages zu einer runden Sache.

Global...wir sind Alle miteinander verbunden...in Gedanken...im Herzen...im Hier und Jetzt.



## **WALK 1**

geleitet von Christian und gelaufen von Regina

### **WALSTERBEN**

Als sich das erste Thema für einen Walk auftat „ Das Walsterben “ ging es mir durch und durch.

Hatte ich am Morgen meine Kette mit einer Walflosse angelegt, die ich auf Maui Hawaii gekauft habe.

Wer einmal die Wale in ihrer Anmut und sanften Art und Weise, wie sie den Menschen mit ihren Botschaften und Gesängen berührt, in Natura erlebt hat, liebt sie.

Meine Beobachtung:

Der Walk begann und wurde durch Regina vertreten. Die Entdeckungsreise begann.

R. war sofort in der Rolle. Sie sagte, dass sie sich schwer fühlt und eine gebeugte Haltung ließ sie mit einen Rums..! auf den Boden fallen.

Sie will wieder hoch wehrt sich dagegen und sagt, dass ES stark ist.

Ein starker Zug in ihrem Rücken wird spürbar und sie versucht sich dagegen zu wehren.

Wie fühlt sich diese Zugenergie an?..fragt Christian

Sie ist mächtig, diese Macht.

Optisch sieht es aus, als ob der Wal aus dem offenen Meer in eine Bucht oder an Land flieht.

Er hat keine Chance, wird getrieben,..flieht und schaut zurück...auf eine MACHT!

Möchte zurück, doch...kann nicht.

Regina sitzt immer noch am Boden und kann nicht aufstehen.

Beide schauen sich jetzt an !!...nehmen sich Zeit.

Was ist da?

Riesige Macht!!

Regina sieht ganz klein im Vergleich zu dieser Macht aus.

Alles erscheint ihr ausweglos.

Sie steht langsam auf und sagt, „Ich muss mich dem Stellen“- darf es nicht ignorieren.

Es ist jetzt eine direkte Konfrontation da.

Sie geht um die Macht herum. Sie beginnt rechts und geht im Halbkreis nach links...und dann..GESCHAFFT...sie ist an der Macht noch einmal vorbeigekommen und läßt sich nicht verdrängen.

Ihre Botschaft: ICH WILL GESEHEN WERDEN!!!...gleichzeitig Blick auf die Macht.

Wir sagten jeder.

JA, ich sehe Dich.

Lächeln auf dem Gesicht.

Sie fühlt sich gesehen. Unsere Botschaft ist angekommen und hat sie erreicht.

Gleich im Anschluss

## **Walk 2**

geleitet von Christian und gelaufen von Varida

wurde die **MACHT** gewalkt

Varida so wie Christian sagte...eine sehr empathische Walkerin...lief los, und sagte :  
„Ich bin jetzt die **MACHT** aus dem vorangegangenen Walk.“

Ich musste mit meinem Stuhl an die Wand rutschen, da ich es kaum ausgehalten habe, wenn sie an mir vorbeilief....so negativ war Ihre Energie. Brrrr.

Ihre Kreise die sie lief waren groß und machten im Umfeld alles platt...so mein Gefühl.

Varidas Worte waren klar, ohne Gefühl und vollkommen selbstsicher.

..Das können sie nicht rauskriegen.

Es ist eine Vernetzung von Vielen.

Ein großer unterirdischer Bunker. Grinsen auf dem Gesicht.

Die Kohle fließt gut...ein breites Grinsen von Unersättlichkeit und großer Freude über das viele Geld.

Der Rubel muss rollen (ich dachte spontan an Russland und mir fiel dazu gleich eine Organisation ein..Gänseschauer)

Hast Du Mitgefühl für das Meer?...fragt Christian

Spontan aus Varidas Mund die Worte..Kenne ich NICHT!..was ist das?

Hände in die Seite gestemmt und weiter geht die Macht immer schön im großen Kreis.

Was meinst Du mit Bunker?

Das ist technisch voll ausgeklügelt.

!! TOP SECRET !!

Solange der Bunker noch nicht fertig ist, geht es ins Meer.

Danach wird der Sondermüll in den Bunker gepumpt.

Was da alles rein passt!...der ist riesig!

Und die Kohle fließt. Der Rubel muss rollen. Grinsen im Gesicht.

Und die Kohle fließt. Der Rubel muss rollen. Grinsen im Gesicht.

Gibt es Hoffnung?

Was ist das?..sagt Varida.

Es ist ein Geheimbund...Ihr habt ja ALLE keine AHNUNG!

An dieser Stelle wird der Walk beendet.

Durchatmen bei uns Allen

Fazit

Wenn etwas gesehen wird, verschwindet die Macht.

Was ich aus dem Walk mitgenommen habe:

Tiefe Berührtheit und große Traurigkeit....hilflos mit ansehen zu müssen, wie diese Tiere aus ihrem

Lebensraum verdrängt werden. Nur wenige schaffen es wieder zurück.

Was kann ich persönlich tun? Fragen über Fragen in meinem Kopf.

Diese Macht...unglaublich stark.

Jede meiner Zellen vibrierte und fühlte eine starke Verbundenheit zu den Walen.

Ich war Mittendrin ( früh saß ich in einem Cafe, das so hieß ).

Hinschauen und nicht wegsehen, das schwächt die Macht ;-)



### Walk 3

geleitet von Frank und gelaufen von Tine

Die Zukunft des Geldsystems

Den Super Ausführungen von Tine ist meinerseits nichts hinzuzufügen...außer, dass ich am liebsten der Prinz gewesen wäre. Schmunzel.

Es war so ein innerliches Gefühl von mir und die Worte..ruhe Dich aus, schlafe Dich gesund.

Ich bin ganz in Deiner Nähe...die Zeit wird kommen.

Was ich für mich aus dem Walk mitgenommen habe:

Das Turbabo in der Finanzwelt ist für mich jeden Tag sichtbar.

Alles kommt ans Tageslicht.

Es fühlt sich gut an zu wissen, dass nach dem Schlaf des Geldes das Erwachen in einer neuen Form stattfinden wird.

Und...es geht immer um die Liebe.

Ich freue mich auf den Prinzen und seinen neuen kraftvollen Plan.

Schon Hans Christian Anders sagte: „ Das wunderbarste Märchen ist das Leben selbst. „

Ich vertraue und erwarte das Beste für uns Alle.

Mahalo Aloha

Was sich nach diesem Walk im Alltag gezeigt hat: In einer Talksendung, zu Gast bei Markus Lanz, gab Heiner Geissler ein Interview, in dem er genau die derzeitige Situation des Geldes und seine Zukunft des Geldsystems beschrieben hat,...so wie wir es gewalkt sind.

#### Walk 4

geleitet von Evelin und gelaufen von Christina

„Was der Entfaltung der Frau im Wege steht“

(Leider habe ich nicht alle Fragen von Evelin notiert)

Christina macht sich leer und geht auf eine Entdeckungsreise.

Sie macht die Augen zu und sagt, dass sie totales Herzklopfen hat.

Der Blick ist auf den Boden gerichtet und sie ist total nervös und sieht etwas blass aus.

Sie hat das Gefühl sie müsste eine Rede halten.

ALLES oder NICHTS.

Christina traut sich nicht uns, die wir im Außen sitzen, anzuschauen.

Als ob sie sich schämt.

Sie geht hinter einen im Raum befindlichen Vorhang und sagt,..ich brauche Zeit.

Sie fühlt innerlich immer noch totale Nervosität.

Ein Lampenfieber , wie vor einem Auftritt breitet sich in ihr aus.

Sie schiebt den Vorhang ein wenig beiseite und schaut kurz zu uns. Dann bleibt sie wieder hinter dem Vorhang.

Sie scheint sich dort sicher zu fühlen...ungesehen...eh sie gleich die Bühne des Lebens betreten wird.

Jetzt wagt sie sich vor und betritt wieder den Innenkreis.

Sie hat keinen festen Stand. Ihr Herzbereich ist jedoch voller Energie.

Christina sagt, dass sie ins Grübeln komme. Sie geht im Kreis und hält den Kopf wieder gesenkt.

Plötzlich sagt sie: – Ich Brauche nichts.--

Christina sagt,..ich flirte gern :-)

Evelin fragt Christina, Wie gut sie in Kontakt mit sich ist?.....doch diese versteht die ganzen Fragen überhaupt nicht und sagt, das sie damit nichts anfangen kann.

So wie alle Fragen nicht so recht verstanden hat.

Wieder Herzklopfen und total nervös...alles scheint sich wie zu Beginn des Laufes und wieder die Frage nach dem Kontakt...die Christina nicht versteht.

Evelin hat Christina eine Stück begleitet- wundervolle Geste.

Plötzlich scheint sich innerlich etwas zu lösen. Sie spürt nach und wirkt etwas verändert.

„Ich möchte gesehen werden...Ich spiele ein Spiel...Ich möchte, dass sich Jemand mit mir beschäftigt.“

Es wird etwas von mir ERWARTET. Ich brauche mein eigenes Tempo.

Ich brauche ZEIT und keine Bestätigung von außen.

Und jetzt für mich die wunderbaren Worte, die dem Walk eine zusätzliche authentische Note verliehen haben und die wahre Ezzens sind:

Ich nehme mir MEINE ZEIT, die ich brauche.

Ich nehme mir MEINE ZEIT.

Ich habe ZEIT.

„ ICH BIN “

Wie Christina jetzt die Welt sieht?

Farben und bunte Muster finde ich schön :-)

An dieser Stelle endet der Walk.

Fazit

Der Walk war sehr eindrucksvoll.

Es hat sich für mich gezeigt, was sich im Laufe der Zeitalter bei den Frauen angesammelt hat...Angst - Allem nicht mehr gerecht werden zu können-- sich selbst, der Familie und den gesellschaftlichen Ansprüchen.

Überforderung?---Ausgleich schaffen---Abgeben---Verantwortung für sich selbst übernehmen.

Was möchte die Frau? Wo ist ihr Platz?

Frau sein...- stark, leicht und auch mal schwach. Eben alle Facetten zeigen und leben dürfen.

Authentisch sein und zu sich selbst stehen.

Leben, lieben, lachen und flirten.

Die Schönheit des Lebens genießen in Liebe, Frieden und Harmonie.

Alles ist möglich.



Was es für mich persönlich mitnehme

Nachdem bei der Vorbesprechung des Walks um Stutenbissigkeit und Kämpfe der Frauen untereinander ging, fühlte ich mich von dem Thema überhaupt nicht angesprochen..

Denn mein Leben ist privat, wie auch beruflich von friedliebenden Frauen und Männern umgeben...in Achtung und Respekt voreinander.

Und doch war es für mich eine Erfüllung die Worte  
„Ich BIN“ zu hören.

Denn ich bin, die ich bin und anders kann ich nicht sein, denn sonst würde ich mich verbiegen und Keiner würde wissen, wer ich wirklich bin...nicht mal ich selbst.

Das Leben ist ein Film und jeder von uns darf nach kleinen Nebenrollen, endlich die Hauptrolle übernehmen und glücklich sein,...denn das ist unser göttliches Geburtsrecht.

Was sich im Alltag gezeigt hat

In meiner Tätigkeit habe ich viel mit Bauleitern unserer Auftraggeber zu tun, um Absprachen für die Abwicklung der einzelnen Projekte durchzuführen.

Als ich am Montag, nach unserem Walkwochenende vor meinem PC saß und die Mails checkte... hatte ich Post von einer BAULEITERIN, die mir in einem ungewohnt - zu unrecht - fordernden Stil schrieb.

OK dachte ich,....das kläre ich gleich am Telefon.

Gesagt .....getan.....hatte ich am anderen Ende der Leitung eine total kämpferische Frau, die alle Register Ihrer rhetorischen Schulungen gezogen hat.

Ich war zuerst ganz ruhig und nach dem Gespräch flatterte ich leicht und brauchte ersteinmal nen Beruhigungstee.

Habe meinen Fokus auf das Positive in der Situation gelenkt.

Puh...dachte ich...der Walk wirkt, jetzt weiß ich wie es sich anfühlt...solchen Menschen ausgesetzt zu sein.

Wir sind genau das richtige Thema gewalkt.

## Walk 5

### geleitet von Chris und gelaufen von Rene

21.12.2012 – Ende des Mayakalenders...was passiert an diesem Tag?

Rene war für die Rolle bestens geeignet und ließ sich voll auf den Prozess ein.

Chris begleitete ihn fast wortlos,..für diesen Walk genau richtig, um den Dingen vollends ihren Lauf zu lassen.

Rene stand vor uns wie starr und versteinert. Er fühlte sich wie in einer Kapsel.

Fasste sich an seinen Kopf, denn er hatte so starke Kopfschmerzen, dass er es kaum aushielt.

Er sagte,..ich brauche jetzt Hilfe!

Doch wir saßen im Außen wie versteinert.

Chris ging auf Rene zu und legte seine Hände auf seinen Kopf.

Das was Rene jetzt brauchte ging energetisch durch Chris durch, ohne es zu benennen.

Als es Rene wieder besser ging sprach er von Tumulten und das er nicht wisse wo er sei.

Er fühlte sich stocksteif und sah auch so aus.

Er sagte, dass es ihm weder gut noch schlecht gehe.

Wieder sprach er von dieser Kapsel in der er sich fühlte. Er befindet sich außerhalb und empfindet Unruhe im Außen.

Jetzt verwandelt sich die Kapsel in einen Blase und schaut sich alles von außen.

Er wirkt ganz ruhig und steht still da. Ist Zuschauer und berichtet, das sich die Kapsel wie eine Eishöhle anfühlt...ich stehe als MENSCH drin.

Die Blase lässt nichts raus.

Plötzlich erwähnt er das Wort Druiden,..und Steinmonumente.

...Ich hatte das Bild von den verschiedenen Steinkreisen in Schottland vor Augen, mit besonderen Menschen....

Er sieht ein Fest. Menschen die in Freude miteinander verbunden sind und im Kreis tanzen.

Der Urglaube und die Verbundenheit ist da.

Er spricht von absoluter Dankbarkeit und Wertschätzung.

Er beschreibt das Zusammentreffen von Menschen zur Sommersonnenwende.

Rene spricht von der Empfindung eines schönen Gefühls und...WIR sind EINS.

Alle, die an diesem Ort sind wissen, wie man Leben und es wertschätzen kann.

Wenn ich es richtig in Erinnerung habe?...kniet Rene jetzt und sagt...die ERDE SPRICHT ZU MIR:

Wir möchten Alle gemeinsam beten, bitten und schauen inwiefern wir bereit sind niederzuknien und der Erde zu DANKEN.

ERDE = Partner

Erde spricht – Willkommen.

Rene fühlt und bringt uns seine Freude zum Ausdruck.

Er fühlt sich wie betrunken und sieht glücklich aus.

An dieser Stelle, als er so friedliebend glücklich dastand hatte ich den inneren Impuls aufzustehen und uns Alle einen Kreis um Rene bilden zu lassen.

Als Zeichen der Verbundenheit und ihn dann in den Reigen zu integrieren....so freudig bewegt war ich.

Frank fragte Rene, ob er den Tag danach sieht.

Rene antwortete mit JA.

Zwar stand er vor einer Glaswand, doch der Tag war wunderschön sichtbar.

An dieser Stelle ist der Walk beendet.

Fazit

Wann ist der 21.12.2012?...wirklich, denn wir sind mittendrin,.... in den Veränderungen der Neuen Zeit.

Was ich aus diesem Walk mitgenommen habe

Bewußt Leben,..im Hier und Jetzt.

Präsent sein für den Augenblick.

Liebe, Demut und Dankbarkeit Mutter Erde erweisen, auf der ich ein Gast bin.

Die wundervolle Verbundenheit mit Allem zu spüren.

Zu wissen das die kraftvolle Macht des Betens heilen kann.

Und..egal was passiert...es geht weiter.

## **Was sich im Alltag gezeigt hat**

Meine Freundin leitet eine Kindereinrichtung und hat einen jungen Frau aus Ghana ermöglicht in der Küche zu arbeiten.

Diese Frau hat sehr viel Kontakt in ihre Heimat und ein Priester ihres Ortes berichtete ihr zusammen mit ihrer Mutter, das in Ghana jeden Tag verstärkter, als sonst, mehrere Stunden gebetet wird.

Einige Menschen fühlen das etwas passieren wird. Zum Teil verschwinden dort jetzt schon einfach Menschen, als ob sie sich in Luft aufgelöst hätten oder gehen.

Viele wissen einfach, das die Erde sich bereinigen wird.

Darum beten sie für Mutter Erde und die Seelen, die sie verlassen,..aus welchen Gründen auch immer.

Ich danke der Studiengruppe für die wundervolle und konzentrierte Arbeit an diesem Tag.

Die Energie war so hoch, dass ich fast wie von selbst oder geführt von Etwas in Richtung Berlin nach Hause gefahren bin.

Ich fuhr direkt auf einen Regenbogen zu und fühlte mich, als ob ich ein neues Tor durchfahre.

Zur Belohnung gab es an meiner Autobahnabfahrt ein riesiges Feuerwerk.

Ich liebe die Farbenpracht und habe echt vor Freude geweint, denn ich spürte die Fügungen des Universums zu diesem perfekten Tag.

Ich freue mich auf unser Wiedersehen.

**Grüße aus dem Herzen von Eurer Claudia aus Mahlow.**

Wir hier in Belgien, das sind Danielle Liesenborghs und Torsten Koch. Danielle war über viele Jahre Mitarbeiterin für Schulungen des flämischen Arbeitsamts und beschloss in den frühen neunziger Jahren den "goldenen Käfig" zu verlassen und sich mit einer Trainings- und Consultingagentur selbstständig zu machen. Danielle hat ein Diplom für Erwachsenenbildung und ihr Studium der Betriebspsychologie ist "ongoing."

Torsten Koch hat Journalismus studiert. Ausserdem ist er Krankenpfleger und hat (diplommässig) Abstecher in die Welt der PR, des Marketing und der Traditionellen Chinesischen Medizin gemacht.

Am 27.1.2013 hatten beide die Freude von Christian Assel im WALKING IN YOUR SHOES in Hannover zertifiziert zu werden.

Wenn WIYS in Deutschland neu ist, dann ist es in Belgien brandneu. Somit sind wir hier Pioniere dieser Methode. Pionier sein gibt ein gutes Gefühl, auf der anderen Seite ist seit dem Anfang unserer neuen Aktivität auch viel Überzeugungsarbeit damit verbunden. Die Belgier sind recht konservative Leutchen. Dies im wahrsten Sinne des Wortes. Neuerungen werden eher langsam angenommen und Weiterempfehlungen sind hier bei uns vielleicht noch wichtiger als in Deutschland.

Danielle und ich haben lange überlegt wie wir WIYS einem breiteren Publikum zugänglich machen können. Werbung in Fachzeitschriften, die eher in die spiritualistische Richtung tendieren erwiesen sich als zu kostenintensiv und wenig hilfreich. Bisher hat sich für uns unsere Facebookseite als sehr nützlich erwiesen. Seit dem offiziellen Beginn unserer Aktivitäten im Frühjahr 2013 haben wir zahlreiche Gruppen bei uns gehabt. Da wir zuhause über die entsprechenden Räumlichkeiten verfügen haben alle Walks bisher hier stattgefunden. Wir bieten verschiedene Formeln an: Ganztägige Seminare, Les Nocturnes (Abendveranstaltungen, die auf 3 Personen limitiert sind), die sich bisher als am erfolgreichsten herausgestellt haben. Die Beschränkung auf 3 Teilnehmer gibt eine intimere Atmosphäre als die Ganztagsveranstaltungen mit bis zu 10 Teilnehmern. Diese Lösung kommt auch denjenigen entgegen, die auf Monate hinaus ihre Wochenenden vollgeplant haben. Wir bieten auch individuelle Walks an, diese werden in der Regel von den Menschen gebucht, die bereits eine andere Veranstaltung besucht haben und in der "Intimität und Sicherheit" des Individualwalks auch Themen sehen wollen, die ihnen für das breite Publikum als nicht geeignet erscheinen. Ich erinnere mich dabei noch an die lebhaften Diskussionen in unserer Ausbildungsgruppe in Hannover über die Machbarkeiten, Vorteile und Nachteile der verschiedenen Möglichkeiten Walks zu organisieren. Ich kann hier nur bestätigen was ich damals sagte und nun bestätigt finde: JEDEM einzelnen Walker seine Art des Walks. Manche so, andere so! Wir könnten auf jeden Fall auf keine der verschiedenen Angebote verzichten, Wir haben bereits damit begonnen Vereinigungen, sowohl als auch geeignete Berufsgruppen anzuschreiben, um WIYS bekannter zu machen. Hier wird es sich in der Zukunft erweisen welche "Kanäle" die besten sind. Soweit zu den Marketingaspekten des WIYS bei uns.

Seitens der Teilnehmer sehen wir keine Unterschiede zu Deutschland. Da gibt es die Enthusiasten, die immer wiederkommen und nicht genug bekommen können, die Kritiker und Skeptiker, die das alles nicht so recht glauben können, wollen oder dürfen und die wir nicht wiedersehen. Dazwischen gibt es nur wenig. Die Rückmeldungen der ersten Gruppe sind durchwegs sehr positiv. Das rangiert von "hat mir unglaublich weitergeholfen" bis hin zu "lebensveränderend".

Angesichts des bisherigen Erfolgs des WIYS in Belgien blicken wir enthusiastisch in die Zukunft.

Wir wären natürlich auch sehr glücklich über einen regen Austausch in Sachen "Best Practices", dies sowohl hinsichtlich der Methode selbst, als auch der verschiedenen Erfahrungen in der Verbreitung von WIYS. Vieles hat hier nicht so funktioniert wie erträumt, während andere Lösungen besser angekommen sind.

## Walk in der Rolle als „Krankheitsbild: Schizophrenie“

Ein Bericht aus einem „Walking-in-your-shoes“ Kurs von Michaela Mathias, vom 25.5.12

Nachdem ich mich in meine Rolle eingestimmt hatte, ging ich los. Mein Gang war schwankend als würde ich auf einem Schiff gehen. Dabei drehte ich Achten. Christian befragte mich zu meinem Zustand und so kam ich noch tiefer in die Rolle hinein. Zusätzlich zu diesem torkelnden Zustand bemerkte ich einen unbestimmten Druck auf der Brust. Auch meine Umgebung nahm ich kaum wahr, weder die Leute, die um mich herum saßen, noch den Raum, durch den ich lief, fast wie betrunken.

Ich wurde weiter befragt, dadurch bemerkte ich, wie ich immer stärker den Druck auf der Brust spürte. Es wurde unangenehmer, sodass ich meine Arme vor meiner Herzgegend kreuzen musste, damit sie sich nicht öffnete. Auf die Frage, was das Innere meiner Brust denn sagen würde, war die Antwort: „Ich will `raus!“ Mit aller Kraft hielt ich meine Brust zu. Christian ließ mich nicht in Ruhe, und ich fühlte mich in die Enge getrieben. Er fragte, was denn passieren würde, könnte ich die Herzgegend öffnen. Diese Idee machte mir Angst. Es war eine grauenhafte Idee.

Ich versuchte, mich von dieser Vorstellung zu befreien, aber Christian hatte immer wieder „die Finger auf der Wunde“ und ich musste auf meinen eigenen Horror gucken. Es war das Gefühl, als hätte ich in meiner Brust einen Haufen kleiner Männchen in einer riesigen Menge Schleim – einfach gruselig. Mit aller Kraft versuchte ich, dieses in mir verschlossen zu halten, was mir immer schwerer fiel. Christian ließ sich nicht abwimmeln, er fragte immer wieder, was denn passieren würde, würde ich mich öffnen.

Diese Vorstellung war kaum erträglich. Ich wünschte mir schon, ich hätte mich nicht für diesen Walk gemeldet. Christian witterte seine Chance und sagte mir, dass ich ja nur zwei Möglichkeiten hätte, entweder es bliebe wie es ist oder ich könnte mich öffnen. Ich wand mich, keine der Möglichkeiten gefiel mir. Nicht wegen der anderen Leute, ich wollte selbst diesen inneren „Männchen-Schleim“ nicht sehen. Ich sah keinen Ausweg.

Letztlich gab ich mich geschlagen. Ich nahm allen Mut zusammen, sah weg und öffnete schnell meine Brust ...und ... nichts passierte ... Überhaupt nichts... keine Männchen, kein Schleim. Ich war wie vor den Kopf gestoßen. Vor lauter Verwirrung wanderte ich schnellen Schrittes durch den Raum. Weg war auch der torkelnde Gang und das Achten drehen.

Jetzt erst kam der Moment des Schreckens: ich war bestürzt, dass ich so lange mit so einem Wahn herumgelaufen war und fand mich selbst „plemplem“. Schnellen Schrittes ging ich weiter. Noch war ich nicht erleichtert, aber die Bewegung half mir, besser damit umzugehen. Nach vielen weiteren Schritten würde ich immer klarer werden...

Ohne Vorkenntnisse zum Krankheitsbild der Schizophrenie zu besitzen, kann ich meine Wahrnehmung während des Walks so zusammenfassen, dass es sich bei den „Männchen im Schleim“, also bei dieser Wahnidee, um eine Angst handelt, etwas ganz Widerliches in sich zu tragen, also ein innerer Teil des Selbst ist „verseucht“. Diese Vorstellung ist so schlimm, dass man sie am liebsten vor sich selbst geheim halten möchte, was dazu führt, dass man sich sehr verkrampft, um diesen Teil zu unterdrücken. Durch diese Kraftanstrengung ist es nicht mehr möglich, die eigene Umwelt wahrzunehmen, der Blick ist auf die eigene Angstunterdrückung gerichtet. Und dies steigert sich.

Die Schizophreniebeschreibung bei Wikipedia liest sich den Laien recht kompliziert; eine grobe Einteilung ist dort festgelegt auf Positiv- und Negativsymptome. Bei den Positivsymptomen stehen die Halluzinationen an erster Stelle, bei den Negativsymptomen die Einschränkungen im normalen Erleben. In unserem Walk konnten wir beide Seiten erkennen, die angstvolle Unterdrückung der schleimigen Männchen (Wahn) führte zu einer verminderten Wahrnehmung der Umwelt.

Ohne die Ursache des „Krankheitsbildes der Schizophrenie“ gesehen zu haben, ist erkennbar geworden, dass die unterdrückte Angst, nicht o.k. zu sein, ein wichtiger Auslöser der Krankheit ist. Aus dem Walk lässt sich nicht erkennen, ob diese Krankheit heilbar ist. Hilfreich ist auf jeden Fall die Öffnung des Patienten, seine Erkenntnis des eigenen Wahns. Zusätzlich zur Frage nach der Ursache der Schizophrenie wäre die Frage nach ihren Heilungschancen ein Anlass zu einem ergänzenden Walk.

## Morphische Felder (Arbeitstitel)

Schon immer gab es sogenannte übersinnliche Wahrnehmungen. Einzelne Menschen haben die Fähigkeit Dinge wahr zu nehmen, die anderen verschlossen sind. Zum überwiegenden Teil wurden und werden diese Menschen gesellschaftlich ausgegrenzt, man nimmt sie nicht wirklich ernst und hält sie häufig für „verrückt“. In gewissen Sinne, wenn man das Wort verrückt wörtlich nimmt stimmt das sogar.. Unser Dasein hat unendlich viele Facetten und wenn unser Bewusstsein nur ein kleines Stück vom Mainstream wegrückt, haben wir eine völlig andere Wahrnehmung, eine Wahrnehmung, die nicht weniger wahr sein muss.

Für die meisten Menschen ist alles was nicht wissenschaftlich nicht vorhanden. Dabei stellt sich die Frage: Was ist wissenschaftlich? Alles was wir messen können.

Lange Zeit galt jede andere Erklärung als unwissenschaftlich, obwohl mit unwissenschaftlichen Methoden eindeutige Ergebnisse erzielt wurden.

Erklärbar sind diese Phänomene durch das Vorhandensein von Informationsfeldern, die mit unserem normalen Tagesbewusstsein nicht wahrnehmbar sind.

Aus der indischen Philosophie kennt man den Begriff der Akashachronik, den dann Rudolf Steiner aufgegriffen hat. In diesem Feld der Akashachronik ist alles abgespeichert, was je geschehen ist. Jeder Mensch kann die Fähigkeit entwickeln, Informationen aus diesem Feld zu beziehen.

In neuer Zeit hat sich der aus der Biologie kommende Rupert Scheldrake mit verschiedensten Phänomenen beschäftigt, die wissenschaftlich nicht erklärbar sind, aber eindeutige Zusammenhänge haben. Er hat als Ursache dieser Phänomene den Begriff des morphischen Feldes eingeführt. Im morphischen Feld wird alles Wissen unserer Umwelt bzw. des Universums gespeichert.

Alles was je passiert ist, was je gefühlt und gedacht wurde oder wird, ist im morphogenetischen Feld abgespeichert. Die Wirkung dieser Felder erstreckt sich über Zeit und Raum hinweg.

Gewisse Erfahrungen deuten darauf hin, dass alles, was wir denken und fühlen, uns nicht alleine gehört. Erfahrene Wissenschaftler melden ihre patentfähigen Erfindungen immer sofort an, weil sie wissen, dass Erfindungen meist "in der Luft liegen" und oft zeitgleich an verschiedenen Orten gemacht werden.

So war es mit der Erfindung der Glühbirne und dem Telefon. Erfinder wurde dann nicht der Erste sondern der Schnellste.

Aber auch Tiere scheinen Zugang zu diesem Feld zu haben, dazu gibt es bei YouTube folgenden Film [www.youtube.com/watch](http://www.youtube.com/watch)

Wissen scheint in der Luft zu liegen. Die Frage ist nur, wer kann es unter welchen Umständen abrufen. Früher waren es einzelne Menschen, sogenannte übersinnliche Wahrnehmungen hatten.

Noch bis in die fünfziger Jahre des letzten Jahrhunderts war der Zugang zu diesem Informationsfeld nur sehr wenigen Menschen möglich. Rudolf Steiner schrieb dazu, dass die Menschen die nach 1940 geboren werden, vermehrt Zugang zu diesen Informationen haben werden. Wenn man die Entwicklung der letzten fünfzig Jahre Revue passieren lässt, scheint er Recht gehabt zu haben.

Die systemischen Methoden, wie Familienstellen, Wiys, Poesietherapie oder auch Reinkarnationstherapie werden zunehmend genutzt und akzeptiert, obwohl sie wissenschaftlich nicht beweisbar sind.

von **Cornelia**

## SONDERTHEMA Coaching

# WALKING IN YOUR SHOES

Eine neue Methode fördert ein tieferes Verständnis im Coachingprozess

Im Coachingprozess geht es oft um komplexe Anliegen, bei denen verdeckte und unbewusste Faktoren eine Schlüsselrolle spielen. Mit WALKING IN YOUR SHOES ist jetzt eine neue Methode in Deutschland eingeführt, die dem Familienaufstellen verwandt ist und in Coachingprozessen sehr wirkungsvoll angewendet werden kann.

### Das Anliegen

**Die Themen**, die im Coaching mit WALKING IN YOUR SHOES bearbeitet und im Sinne einer guten Lösung transformiert werden können, sind vielfältig. Es kann sich um eine bestimmte belastende Situation handeln (privat oder beruflich), um ein Verhalten oder das Verhältnis zu einer Person.

Auch Themen wie mein beruflicher Erfolg, der persönliche „blinde Fleck“, Krankheiten, das „innere Kind“ und andere innere Persönlichkeitsanteile sind geeignet.

### Den Körper als Hauptsensor einsetzen

Allein durch die Bewegung im Raum mit einem vorher vom Coachee benannten Anliegen

bekommt der Walker im Bewegungsprozess Informationen, die so vorher nicht zur Verfügung standen, aber notwendig zur Lösung des Problems sind. Diese Informationen werden vom Walker körperlich-emotional erfasst und differenziert wahrgenommen.

### Die Informationen erkennen und transformieren

Der Coach stellt Fragen zu den Wahrnehmungen: Wie fühlt es sich im Körper an? Schwere oder leichter, wärmer oder kühler? Wo ist es angenehmer im Raum, wo unangenehmer? Der Coach beobachtet, ob es Unterschiede in der Art des Gehens gibt, ist es langsam oder schnell, kraftvoll und zielstrebig oder ängstlich und unsicher?

### Zukunft oder Vergangenheit

Vorwärtige oder rückwärtige Bewegungen können in die Zukunft bzw. Vergangenheit führen, das Alter der Person kann sich ändern. Auffällige, schnelle, ruckhafte oder verdrehte Bewegungen deuten oft auf Verstrickungen und Belastungen hin.

WALKING IN YOUR SHOES wurde von dem Schauspieltrainer Joseph Culp und dem Psychiater und Therapeuten John Cogswell in den USA entwickelt. Ein erstes Buch über die Methodik ist im November 2010 im Windpferdverlag erschienen (Christian Assel: Gehen heißt verstehen – WALKING IN YOUR SHOES).

Durch das einfühlsame Führen und Nachfragen des Coachs werden die Empfindungen, Gefühle und Bilder in Worte gefasst und für den Lösungsweg transformiert. In manchen Fällen kann es sehr effektiv sein, WALKING IN YOUR SHOES mit Elementen des Familienaufstellens zu kombinieren.

### Coaching für Haustiere

Besonders spannend ist auch die Tatsache, dass für Tiere geganzen werden kann. Die wichtigen Informationen und Empfindungen des Tieres werden von dem gehenden Stellvertreter sehr konkret wahrgenommen und für den Besitzer gut nachvollziehbar benannt. So konnte schon manches „tierisches“ Problem gelöst werden. Manfred Joppke

- ❖ Einzelcoaching
- ❖ Supervision
- ❖ Trainings
- ❖ Mediation
- ❖ Aufstellungen



### Neue Aufstellungsseminare

## WALKING IN YOUR SHOES & Familienaufstellungen

am 2. April und 4. Juni  
in Hannover im OHC

Manfred Joppke Tel. 0511/26 24 97 10 info@joppke.de www.joppke.de