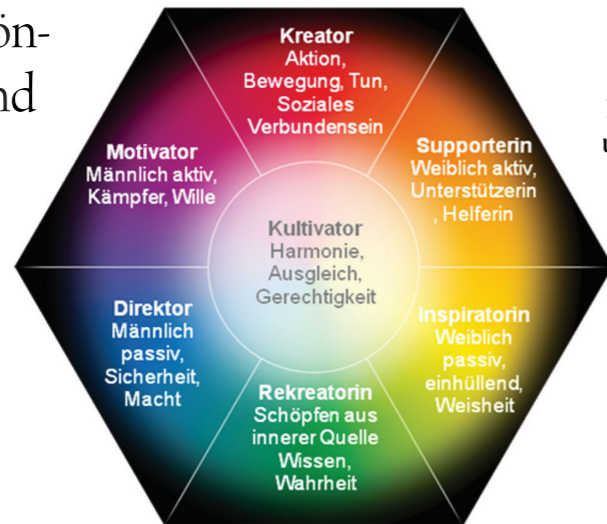


EIN MUTIG VISIONÄRER AUFBRUCH ZU UNSEREM

WAHREN SELBST

Grundzüge der Persönlichkeitsentfaltung und Projektentwicklung durch Ganzheitlich Integrative Visionsarbeit und das Balance-Modell der Farbmatrix



Visionen sind keine Ideen oder Ziele, sondern die Gestaltwerdung unseres Potentials in uns. Wie aber können wir selbst zu diesem Resonanzgefäß unserer Mitwelt und unseres authentischen Wesenskerns werden? Martin Bertsch hat mit seinem Ansatz der Ganzheitlich Integrativen Visionsarbeit einige verblüffend einfache Antworten auf diese tiefgreifenden Fragen gefunden.

Langsam und beschwerlich zieht sich das Kleinkind im Kampf gegen die Schwerkraft in die Höhe und vollbringt mit den Armen rudern seine ersten Schritte. Es ist Symbol der zwei Grundgesetze allen Lebens: des Gleichgewichts (Homöostase) und der vorwärts treibenden Entfaltung (Dynamik). Alles Leben entwickelt sich im Wirkungsfeld zwischen diesen Urkräften. Eine innere Landkarte kann uns hier einen Überblick verschaffen und den Weg weisen.

Farbsymbolik, Ganzheitlichkeit und Entwicklung

Fest verankert in der Mitte ist unser Lichtzentrum, unser ICH. Es entspricht einer Kerzenflamme im Dunkel der Welt und ist unser Bewusstseinsfokus, unser innerer Beobachter und transzendenter Wesenskern. Das Licht verblasst gegen außen hin und weicht dem Dunkel, dem Numinosen. Nach der Goetheschen Farblehre entsteht in der Mischung von Licht und Dunkel das facettenreiche Farbspektrum. Rot und Grün stehen auf der vertikalen Raumachse von der Wirkung her als farbpsychologisch klar fassbare Aspekte. Rot steht für das Extravertierte oder nach außen gerichtete Leben (Kreation), grün für das Introvertierte, nach innen gerichteten Leben (Rekreation).

Auf der horizontalen, dynamischen Zeitachse steht sich das Gegensatzpaar des Intensionalen (proaktiven) und des Extensionalen (rezeptiven) gegenüber. Die dunklen Farben Blau und Violett wirken kühl und machtvoll, die hellen Farben Gelb und Orange warm und bewegt. Blau wirkt zunächst fokussierend und ruhig, Gelb strahlend und lebendig. Die Bewegung von Blau wirkt – nach

der Sammlung – aus dem Zentrum nach außen und verkörpert den Aspekt von Macht und Schutz. Die Bewegung von Gelb hingegen wirkt – nach dem Ausstrahlen – von der Peripherie nach innen und steht für Erleuchtung und Weisheit. Die geröteten Farben Violett und Orange verkörpern jeweils die extravertierteren Aspekte von aktiver Wandlung und von Dienst und Hingabe.

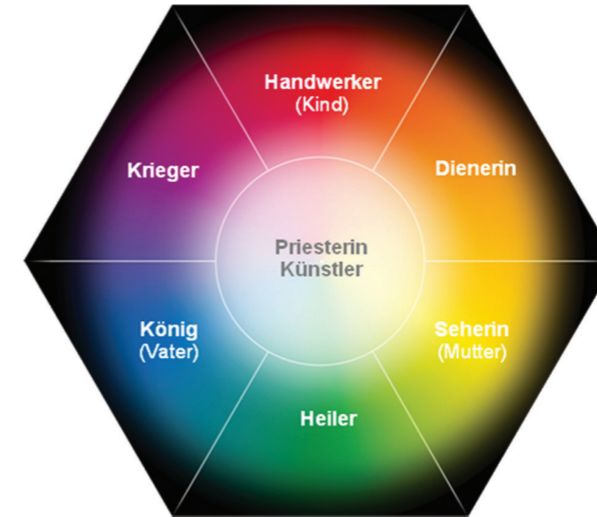
In der Mitte bleibt der Bereich des subtilen Kristallin, des alles Enthaltenden, Geistigen. Die Themen sind hier Harmonie und Ausgleich. Nach außen hin dunkeln die Farben ab und werden konkret und fest. Die Farben schaffen in ihrer Anordnung ein Grundmuster, eine in sich logische Anordnung zum Beispiel auch von Archetypen.

Orientierung fürs Selbstmanagement (Persönlichkeitsentfaltung)

Das Farbmatrix-Modell weist vielfältige Bezüge auf zur Goetheschen Farblehre, zum Daoismus mit der doppelten Polarität (Yin und Yang), dem Charaktermodell nach C. G. Jung, der theosophischen Lehre der sieben Strahlen und der Farbpsychologie. Kaum eine Metapher verkörpert kraftvoller und direkter als der Farbkreis die Ganzheitlichkeit, die in sich einen Verlauf beschreibt und auch Gegensatzpaare wie die Komplementärfarben umfasst. Gerade sie zeigen Spannungsfelder der Balance und des Gleichgewichts auf, die für die innere und äußere Entwicklung entscheidend sind. Ein König ist nur dann ein guter König, wenn er sich in den Dienst seines Volkes zu stellen vermag. Ein Krieger ist nur dann ein guter Krieger, wenn er Umsicht und Weisheit entwickelt. Ein Heiler ist

nur dann ein guter Heiler, wenn er auch die Liebe für die Welt lebt. Gerade in der Überbrückung von Gegensätzen entfalten wir Ganzheit.

Ziel des Lebens ist es, ganz zu werden und seine persönliche Symphonie mit der gesamten Klaviatur spielen zu können. Es gilt auf der Landkarte der Farbmatrix seine Heimat- und Entwicklungsfelder zu entdecken und sich seiner Flucht- und Kompensationsbereiche bewusst zu werden; es gilt, mit seinen Kräften gezielter zu arbeiten. Insofern ist die Farbmatrix für das Selbstmanagement eine wichtige Orientierung, die uns zur Ganzheit und Authentizität führt.



Auch im Bereich des Coachings erweist sich die Farbmatrix als Orientierungshilfe, die dem Coach und Coachee bewusster macht, woher wir kommen, wohin wir wollen und wie wir Spannungsfelder überbrücken können. In der hypno-systemischen Beratung, etwa in Aufstellungsarbeiten (imaginative Familienaufstellungen) und der körperorientierten Hypnose, erweist sich das Einsetzen von Farbqualitäten und dem Ordnungsmuster der Farbmatrix als höchst effektiv.

Anwendung im Projekt-Management (äußere Ebene)

Die Farbmatrix ist aber nicht nur ein Raum-Ordnungsmuster im Sinne eines Meta-Modells, sondern auch ein Zeitphasen-Modell. Projekte, zum Beispiel ein Hausbau, verlangen eine sorgfältige Planungs- und Vorbereitungsphase.

• **Finde dein Feuer:** In Projekten geht es zunächst darum, den Blick nach innen zu richten und den Boden zu pflügen, damit etwas wachsen kann. Wer bin ich? Was ist mir wirklich wichtig? In welche Richtung weisen meine Bedürfnisse? Die Herausforderung ist hier, in sich zu gehen und das eigene Feuer, sein wahres Selbst zu entdecken und sich von seinen Talenten befeuern zu lassen. Bezüglich Projekte ist es die Phase des Utopismus und Idealismus, hier ist alles möglich, ich muss nur daran glauben. Wenn wir diese Phase berücksichtigen, gewinnen wir das Gefühl, dass unser Projekt authentisch mit uns verbunden ist.

Die Farbmatrix ist für das Selbstmanagement eine wichtige Orientierung, die uns zur Ganzheit und Authentizität führt.

• **Suche den Weg:** In der zweiten Phase finden wir uns in einer komplett neuen Welt wieder. Hier geht es darum, den Blick nach außen zu richten. Unbefangene Recherche und strategische Planungsschritte stehen hier an und sind Grundlage für weise Entscheidungen. Es geht darum, eine visionäre Zukunft in



uns Wirklichkeit werden zu lassen: ein Prozess, der von uns viel Offenheit verlangt (nicht was mein kleines Selbst will, sondern was durch mich werden will). Oft müssen wir das absolute Ideal der ersten Phase nachbessern und eine zweitbeste, realistische Lösung erarbeiten. Es ist die Phase des Realismus. Wer diese Phase berücksichtigt, tritt in der dritten Phase gut vorbereitet in die Außenwelt.

• **Lebe die Vision:** In der dritten Phase geht es darum, den Schritt nach außen zu machen und dabei vorgefertigte Pläne auch wiederum zu revidieren oder fallen zu lassen. Es geht um die Offenheit demgegenüber, was uns das Leben zuträgt, denn drittens kommt es oft anders als zweitens man denkt. Wenn wir mit unseren Plänen in die Öffentlichkeit gehen, ist es wichtig, uns Verbündete zu suchen, ein Netzwerk zu bilden und Dinge auch einfach einmal auszuprobieren, denn nur durch das Erleben kann ich entscheiden, was wirklich zu mir passt. Es ist die Phase des Pragmatismus, in der wir uns auch von der Wertschätzung dem Leben gegenüber führen lassen.

Die hier skizzierten Grundzüge der Ganzheitlich Integrativen Visionsarbeit bieten einen kleinen, flüchtigen Einblick in eine farbbige Welt des Gleichgewichts und der Balance. Sie ist die unspektakuläre, schlichte Grundlage für Erfolg. Sie ist der Schlüssel zu einem authentischen, wahren Selbst und der Nährboden für kraftvoll gelebte Visionen.

Martin Bertsch

Weitere Info über Ausbildungen, Kurse und Coaching bei Martin Bertsch unter:
www.visionsschmiede.ch - m.bertsch@visionsschmiede.ch
Tel. +41 (0) 33 827 90 70
Beachten Sie bitte auch *Veranstaltungen* und die Beilage