

ease of Asking

eine Frage ist der Schlüssel, der Du bist.

Hallo! Ich heiße **ease of Asking**. Ich bin ein Kartendeck. Ich bin Dein Kartendeck, sofern Du möchtest. Ich stelle Fragen und zeige Dir die Leichtigkeit des Fragestellens. Ich gebe keine direkten Antworten. Auch von Dir wird hier nicht erwartet, eine gute Antwort zu haben.

Was ist eine Frage? Was wissen wir über Fragen? Welche Energie hat eine Frage? Eine Frage öffnet, eine Antwort schließt. Wenn wir in einem Raum mit mehreren Leuten sind, und eine Frage stellen, sie „in den Raum“ stellen, ohne jemanden persönlich zu adressieren, kann es vorkommen, dass diese Frage zumindest zunächst niemand beantwortet. Stille. Dies ist ein Moment, in dem uns der Raum sehr bewusst (manchmal vielleicht zu bewusst...) ist, der „Raum“, der sich eröffnet, wenn wir eine Frage stellen. Wir kennen auch die andere Seite – jemand fragt etwas und wir sind eine der Personen, die sich nicht direkt angesprochen fühlen, aber irgendwie doch. In beiden Fällen kann eine irritierende Spannung in und um uns entstehen, die meistens wieder verschwindet, sobald einer der Anwesenden antwortet. Die Antwort hat den Raum geschlossen, was für ein Glück, das Gefühl vorher war ziemlich unangenehm, oder? Im schlechtesten Fall verknüpfen wir diese von uns als unangenehm wahrgenommene Spannung mit dem Fragestellen an sich und haben irgendwann überhaupt keine Lust mehr, irgendwas zu fragen. Aber wie wäre es, wenn die wahrgenommene Spannung nichts mit der Frage an sich zu tun hat? Und was wäre, wenn niemand außer uns und unserer Frage da wäre?

Wir haben gelernt, dass auf eine Frage eine Antwort folgen muss. Wir betrachten die Antwort als Schlüssel. Wir haben gelernt, dass es schlecht ist und Konsequenzen haben kann, wenn wir nicht antworten. Auch, wenn wir falsch antworten. Deswegen geben wir uns so viel Mühe, immer eine Antwort parat zu haben, und zwar die Richtige. Aber was wäre, wenn das bedeutet, dass wir uns nur

noch Dinge fragen, deren „richtige“ Antwort wir schon kennen? Und wie viele „richtige“ Antworten schließen wir konsequent aus, weil wir meinen, dass sie „falsch“ sind? Wie viel Raum nehmen wir uns weg, indem wir immer mit einer richtigen Antwort dastehen müssen, damit wir „richtig“ sind? Und wenn wir anordnen, was richtig ist und was falsch, und somit die Anordnung auch jederzeit ändern können, wie real sind dann „richtig und falsch“ überhaupt?

Was ist darüber hinaus möglich? Wie sähe das Ganze aus, wenn wir mal vergessen würden, was wir gelernt haben? Abgesehen also von allem was wir wissen und gelernt haben und abgesehen von der irritierenden Spannung in solchen Situationen, abgesehen von richtig und falsch und abgesehen davon, dass auf eine Frage eine Antwort folgen muss...was bleibt übrig? Der Raum, den uns eine Frage eröffnet. Sobald wir die Pflicht, eine Antwort finden zu müssen, losgelassen haben, können wir uns Raum verschaffen, indem wir Fragen stellen. Wir können „in der Frage“ sein. Wir können uns in diesem Raum umsehen, gucken was es gibt, aber wir müssen nicht mehr hektisch nach einer richtigen Antwort suchen wie nach dem berühmten Heuhalm im Nadelhaufen. (Damit will ich sagen, es pikst, wenn wir krampfhaft nach Antworten suchen, anstatt ihnen den Raum zu lassen, zu uns zu kommen). Eine Frage ist dann einfach eine Frage. Wie wäre es also, sich selbst und anderen Fragen zu stellen, in dem Bewusstsein, damit Raum zu schaffen, Türen zu öffnen, statt sich – und andere - mit dem Suchen der Antwort zu piksen?

Wer käme schon auf die Idee, sich selbst eine Frage zu stellen? Jeder. Wir tun es ständig, es ist uns nur nicht immer klar. „Wo habe ich meine Autoschlüssel hingelegt?“ ist eine Frage, auf die wir zunächst keine Antwort haben, und wenn die Antwort zu uns kommt, kommt sie oft nicht als ausformulierte Antwort, sondern eben als unsere Autoschlüssel, die wir ganz plötzlich wiederfinden. Hin und wieder fallen sie uns buchstäblich in die Hände. Wir haben danach gefragt, oder? Wir sind also grundsätzlich fähig, zu fragen, auch ohne eine vorgefertigte Antwort zu haben, auch wenn wir allein sind. Wie wäre es, wenn es mit allen Fragen so funktionieren könnte?

Wie ist ease of Asking anzuwenden? In erster Linie wie Du möchtest. Dieses Deck kann öffnen, klären, trösten, Weg weisen, erinnern, Kraft geben, neu ausrichten... Du kannst damit nach Deinen eigenen Regeln oder völlig ohne Regeln spielen, alleine und mit anderen, um Dich oder andere besser kennen zu lernen, um eine Situation zu be- oder entschleunigen. Du kannst es wie ein Tarot verwenden und die Fragen als Wegweiser und Handreicher sehen. Du kannst dieses Kartendeck als Türöffner sehen, als Schlüssel zu Räumen, und Du wählst, welchen Raum Du betreten möchtest. Du kannst morgens eine Karte ziehen und Dich von ihrem Thema durch den Tag begleiten lassen. Du kannst abends eine Karte ziehen und Dich dabei unterstützen, den Tag loszulassen.

Du kannst **ease of Asking** einfach immer bei Dir haben, um in schwierigen Situationen eine Möglichkeit zu erschaffen, wieder zu Dir selbst zu kommen. Wie oft lösen unangenehme Gedanken in uns unangenehme Gefühle aus, die uns Druck machen, so dass wir wenig Spiel-Raum dafür haben, uns angenehmere Gedanken zu kreieren... Wie wäre es, in so einer Situation immer eine „Notfallfrage“ dabei zu haben? Eine kleine Reise im Kopf, ein bisschen Weite, ein kleiner innerer Kurzurlaub.

Lass Dich in Therapie- und Coachingsituationen unterstützen, egal auf welcher Seite des Schreibtisches Du sitzt. Verschaffe Dir und Deinen Freunden, Klienten, Patienten und Kunden auf leichte Weise Raum und Perspektive (-nwechsel) durch das Ziehen einer Karte oder das gezielte Stellen einer Frage.

Nimm die Energie der Frage, der Worte, in Dich auf und erfahre die Magie, die in Begriffen stecken kann. (Zur Erklärung: Wir alle kennen die Energie von Wörtern wie „Matheklausur“ oder „Steuerprüfung“ sehr gut und können sie daher klar wahrnehmen. Wir wissen, dass uns solche Energien den ganzen Tag begleiten können, wenn wir es zulassen. Die Energie von Worten wie zB „Leichtigkeit“, „Freude“ und „Dankbarkeit“ ist feiner und uns ggf. weniger bekannt, jedoch genauso da und genauso fähig, uns durch den Tag zu begleiten.) Du kannst bei **ease of Asking** lernen zu wählen, ob und wie Du Deine Wahrnehmung für bestimmte Energien anpassen möchtest.

Was Du mit **ease of Asking** anstellst, ist Dir überlassen. Durch die Beigabe von einigen Blankokarten sind Dir weitere Wahlmöglichkeiten gegeben, so kannst Du hier beispielsweise eigene Fragen hinzufügen und **ease of Asking** noch persönlicher gestalten, zB. als Geschenk für Dich oder andere, im ganzen Set

oder als einzelne Karte (denn eine Frage kann durchaus ein Geschenk sein!). Du kannst diese Karten bewusst frei lassen, sie als Joker benutzen, oder ihnen jedes Mal eine neue Bedeutung geben.

Ich bin **ease of Asking**. Ich bin Dein Kartendeck. Den Rest wählst Du! ☺



Ann-Christin Wolpert
ann-christinwolpert.jimdo.com



Elke Weiers
<http://www.elkeweiers.de>

Dieses Produkt sowie alle darin enthaltenen Informationen dürfen nicht geändert, kopiert oder übersetzt werden ohne die ausdrückliche schriftliche Zustimmung von **ease of Asking**
Elke Weiers*www.elkeweiers.de Ann-Christin Wolpert*ann-christinwolpert.jimdo.com
Dieses Material unterliegt dem Urheber- und Markenrecht der Bundesrepublik Deutschland