

Stephanie Mertens

Kartenlegen – Alles Zukunft, oder!?

Kartenlegen als Instrument zur Selbstreflexion und für die Beratungspraxis – Ein
Lern- und Arbeitsbuch



Titel: Kartenlegen – Alles Zukunft, oder was!?
Autorin: Stephanie Mertens

Hinweis:

Inhalte, Aussagen, Übungen, Anregung und Vorschläge in diesem Buch sind als Impulse zur Selbstreflexion und zur Adaption als Methode fachkundiger Berater gedacht. Für Schäden, die aus Gebrauch oder Missbrauch erwachsen wird keine Haftung übernommen. Therapien und Diagnosen gehören in die Hände von Therapeuten oder Ärzten.

Meinen Dank für die freundliche Unterstützung gilt für

Kartenillustrationen:

Susanne Schröpel www.illustrationswerkstatt.de

Cover Layout und **Theo**:

Marion Gerstel www.nect-art.eu

Korrektur:

Jürgen Müller <http://avp.pmachinery.de/>

Format:

Petra Vogeler www.p-vogeler.de

Besonderen Dank gilt meinen Testlesern:

Petra Vogeler, meinem Tutor Dr. Gereon Franken im Rahmen meines Kurses, Cathrin Acker, Bärbel Ratz und Sabine Rath. Ihr seid toll!

Kartendeck kaufen www.legekunst-kartendeck.de

IMPRESSUM

1. Auflage - Selfpublishing

Copyright: © 2015 Stephanie Mertens

Kramer-Kray-Weg 26, 22399 Hamburg

Email: info@legekunst.de



ISBN 978-3-00-051409-8

Alle Rechte vorbehalten. Der urheberrechtliche Schutz untersagt Vervielfältigung, auch auszugsweise, das Einscannen zum Einstellen in ein Netzwerk, jegliche öffentliche Zugänglichmachung, Nachdruck, die Verwendung in anderen Medien, Seminaren oder Vorträgen ohne vorherige schriftliche Genehmigung der Autorin und Herausgeberin.

Inhalt

Einführung 7

Herzlich willkommen!	7
Kartenlegen und Lebensberatung	8
Was kann Ihnen die Esoterik bieten	8
Chancen/Risiken	8
Fragen	9

Einleitung 13

Warum ich dieses Buch schreibe	13
Das erwartet Sie in diesem Buch	13
Erfahrungsschatz	15
Beruf und Berufung	22

Fachliche und sachliche Betrachtungen 25

Wie nützt Ihnen das Kartenlegen?	25
Auf Ihrem spirituellen Weg	25
Auf dem Weg Ihrer persönlichen Entwicklung	27
Das ist zu bedenken:	31
Persönlichkeitsbildung Klient und Berater	32
Betrachtungen: Was es mit dem Weltbild auf sich hat	36
Glaubenssätze	39
Grundlagen	41

Praxis mit dem Kartenlegen 41

Die Auswahl des passenden Kartendecks	41
Das Legekunst Kartendeck – Entstehung	41
Für sich selbst die Karten legen	42
Für andere die Karten legen	44
Umgang mit den Karten	45
Kartenbilder lesen lernen	46
Selbstreflexion	47

Die Kartomantie 50

Zugang zu den Karten	50
Aussagen der Karten	50
Neutralität	52
Rituale	52
Umgang mit Störungen	53
Notizen machen	53
Erste Arbeit mit Karten	54
Mischen	54
Auslegen	54
Auswahl des Legemusters	55
Fragestellung	56

Offene und geschlossene Fragen	56
Fragen und Ihre Wirkung	56
Steuern über Fragen	59
Ziehen der Karten	59
Deuten der Karten	59
Interpretation der Karten	60
Deutungsbegriffe	60
Dynamik	61
Das Legekunst Kartendeck	62
Arbeitsanleitung	62
Begriffsfindung	62
Lernhilfe-Tipps	64
Arbeitsblätter der Legekunst-Lenormandkarten	66
Übersicht Begriffe für alle Karten	138
Schlagwortliste zum Ausfüllen	174
Ausgefüllte Schlagwortliste	179
Lebensbereiche im Kartendeck	184
Die Personenkarten	185
Gefühlskarten	187
Die Nachrichtenkarten	188
Kommunikation	188
Erweiterte Nachrichtenkarten	188
Besonderheiten	189
Kombinationen Beruf	191
Kombinationen Liebe	196
Lernstandsabfrage	201
Stichworte	201
Umgekehrte Stichworte	203
Lückentext	204
Kombinationsübungen	206
Umgekehrte Kombinationsübungen	206
Übungsteil	208
Stichwort-Übungen 2–er Kombinationen	210
Stichwort-Übungen 3–er Kombinationen	217
Karten finden	222
Tageskarten, 3–er	223
Kopiervorlage für Ihre Notizen zu den Tageskarten	225
Beispieldeutung	226
Beispieldeutung „Kehrt mein Partner zu mir zurück?“	229

Legemuster 232

Allgemeine Auslagen	232
Verlaufslegung	232
Große Verlaufsabfrage	233
Chronologischer Verlauf	234
Hilfe zur Entscheidung	236
Themen Block	237
Legemuster Liebe und Partnerschaft	238
Gegenüberstellung	238
Spiegel der Beziehung	239
Das sind Wir	240
Legemuster Beruf	241
Berufliche Veränderung	241
Legemuster Finanzen	242
Finanzanalyse	242
Selbsterkenntnis	243
Selbstbild	243
Fremdbild	244
Das nicht Sichtbare	245

Fiktive Beratungen 246

Übung Nr. 1:	246
Übung Nr. 2:	248
Übung Nr. 3:	251
Übung Nr. 4:	254
Übung Nr. 5:	257
Übung Nr. 6:	261

Lösungsteil 264

Lernstandsabfrage	264
Stichworte	264
Umgekehrte Stichwortabfrage	265
Lückentext	266
Kombinationsübungen	267
Umgekehrte Kombinationsübungen	268
Stichwort-Übungen 2er Kombinationen –	269
Stichwort-Übungen 3er Kombinationen	277
Karten finden	284
Fiktive Beratungen	285
Übung Nr. 1:	285
Übung Nr. 2:	285
Übung Nr. 3:	285
Übung Nr. 5:	286
Übung Nr. 6:	286

Beraterteil 287

Berufsbild Lebensberater	287
Die Lebensberatung	287
Worauf sollten Sie achten?	288
Für Berater:	289
Betrachtungen: Coaching	290
Interessante Fragen aus dem Coaching:	292
Kommunikation Tipps und Tricks	295
Empathie	295
Ent-Täuschung	296
Kritik	297
Praxis	298
Ethik	301
Definition	301
Zweck und Ziel	301
Übliche Regeln in der Beratung:	302
Psycho-Hygiene	304
Bewältigungsstrategien	304
Menschenkenntnis	306
Selbstreflexion zum Mitmachen	309
Selbstbild:	310
Fremdbild:	312
Blinder Fleck – Das nicht Sichtbare	313
Zusammenfassung Beraterteil:	315

Beratungspraxis 316

Ablauf einer persönlichen Beratung	316
Beispiel – Kartenlegungen	318
Fallstudie –	318
Versuch Coachingfragen zum Thema Ziele mit den Aussagen durch die Lenormandkarten zu beantworten.	318
Arbeitsprobe –	337
Unternehmerische Werte und Wege zum Erfolg	337

Fallbeispiele 344

Kleine Auslagen – Thema Beruf	344
Legemuster Themen-Block	344
Deutungslösung	346
Legemuster Berufliche Veränderung	349
Deutungslösung	352
Kleine Auslagen – Thema Liebe	353
Legemuster Gegenüberstellung – mit Deutungslösung	354
Kleine Auslagen – Thema Finanzen	360
Legemuster Finanzanalyse	360
Deutungslösung	364
Nachwort	367

Einführung

Herzlich willkommen!



Schön, dass Sie da sind!

Treten Sie ein – in die Welt der
Bilder und ihrer möglichen
Deutungen –
in die Welt des Kartenlegens als **Methode** der **Lebensberatung**.

Das ist THEO!
Theo wird Sie im Buch
auf besondere Passagen
und die Reflexionsfragen
aufmerksam machen

Das **Kartenlegen** erfreut sich schon seit Langem einiger Beliebtheit. Zuletzt in den 1980er Jahren gab es einen regelrechten Boom. Seitdem hat sich das Kartenlegen allerdings sehr verändert. Gesellschaftsfähig geworden, hat sich das Kartenlegen heute einen Namen als Instrument der lösungsorientierten Lebensberatung gemacht.

Methode sagt Ihnen, dass der Schwerpunkt gar nicht auf dem Mystischen liegt, sondern dass das Kartenlegen zu einem Zweck genutzt wird, Inhalte zu transportieren, die verständlich sind oder gemacht werden können. Da Methoden etwas mit Struktur und Technik zu tun haben – sie sollen ja wiederholbar sein –, steht auch ein bestimmtes Vorgehen damit in Verbindung.

Lebensberatung drückt genau das aus, um das es letztlich geht: Beratung zu Themen des Lebens, von Menschen, die Erfahrungen mit diesen Themen haben, und die Ihnen eine Plattform als Ratsuchendem bietet. Auf dieser Plattform können Sie gemeinsam Ihr Leben quasi von allen Seiten und mit allen Möglichkeiten betrachten und dabei vorausschauen, wohin Sie dieser oder jener Weg führen mag.

Hinweis: Der Einfachheit halber habe ich in diesem Buch die männliche Form in der Ansprache gewählt. Natürlich sind damit sowohl meine männlichen als auch meine weiblichen Leser angesprochen.

Kartenlegen und Lebensberatung

Im Zusammenhang zwischen dem **Kartenlegen und der Lebensberatung** fällt der Begriff Esoterik häufig und verbindet damit im Allgemeinen eine Einordnung in einen Bereich, der den Einstieg in andere Wahrnehmungswelten eröffnet.

Ursprünglich handelt es sich bei der Esoterik eher um eine philosophische Herangehensweise des Lebens, sich selbst darin und die Zusammenhänge auf der Ebene von Sinn zu verstehen, die oft nur Eingeweihten vorbehalten war. Heute wird Esoterik auch unter dem Aspekt von eher offenen Geheimnissen betrachtet, die sich mit der passenden Herangehensweise erschließen lassen.

Es geht um Sinn und Sinnzusammenhang und die eigene Rolle dabei. Der Wunsch nach etwas Besonderem, nach Erlösung und Befreiung. Zu verstehen, warum einem etwas widerfährt oder was für eine Rolle das Leben einem zugebracht hat, sind ja auch grundlegende und sicherlich verständliche Wünsche.

Was kann Ihnen die Esoterik bieten

Chancen/Risiken

Die Chance sich aus einer anderen Perspektive mit Themen des Lebens zu befassen, Erkenntnisse zu gewinnen, sich in einem vergleichsweise geschützten Raum weiter entwickeln zu können. Über sich hinauszuwachsen, sich zu trauen gedankliche Alternativen und Varianten durchzuspielen. Sich selbst anzuschauen, besser kennenlernen, einschätzen zu können und an Reife zu gewinnen sind Möglichkeiten, die dem Ratsuchenden einen echten Mehrwert bieten können. Auf der Basis von Selbstverantwortung und einem freien Willen zur Gestaltung des eigenen Lebens, wenn es um Wahrnehmung und Bedeutungsgebung von Ereignissen und Situationen geht.

Die Risiken/Nachteile: Der Mensch ist von Natur aus eher bequem und vermeidet unangenehme Situationen. Das ist auch in Ordnung. Der Wunsch danach „mehr“ zu wissen verführt in der Praxis allerdings dazu einen „Eingeweihten“ zu bitten, die Zukunft vorherzusagen. Schließlich hat dies auch eine lange Tradition. Sogenannte Orakel und Meister ihrer Zunft haben von alters her Auserwählten oder Mächtigen genau dies zu liefern versucht. Dabei wird häufig die Verantwortung vom Frager auf den Deuter übertragen, was den Ratsuchenden unselbstständig machen kann.

Ohne jetzt darauf einzugehen ob und wie weit es überhaupt möglich ist auf Abruf in die Zukunft zu sehen, ist der Ansatz des Lebensberaters aber ein anderer. Während Orakel noch in Sätzen sprachen, die gedeutet und ausgelegt werden mussten, konnten andere Methoden der Zukunftsschau scheinbar tatsächlich verständliche Vorhersagen auf Abruf erzeugen. In der Folge ist der Lebensberater damit konfrontiert, dass von ihm eine Vorhersage künftiger Ereignisse erwartet wird, die nur noch umgesetzt oder abgewartet werden muss.

Dieser Wunsch entspringt sicherlich auch dem Wunsch nach Abgabe der Verantwortung, nach Aufgefangen werden. Jemanden, der einem die Probleme abnimmt. Obwohl es sich heute schon weitgehend herumgesprochen hat, dass die meisten verantwortungsbewussten Berater den Dialog mit dem Ratsuchenden suchen und allenfalls Tendenzen einer möglichen Zukunft aufzeigen, schwingt dieser Wunsch immer noch mit.

Fragen

Wozu Lebensberatung, wenn ich doch etwas über meine Zukunft wissen möchte?

Aus meiner Sicht lässt sich dazu sagen, dass die reine Zukunftsprognose eines Dritten mehr Gefahren bergen dürfte als Hilfestellung. Weil eine Prognose, also eine Vorhersage, wie ein Urteil wirkt, das feststeht. Worte, die nicht zurückgenommen werden können, die weiter wirken im Unbewussten.

EINE LEBENSBERATUNG IM DIALOG KANN DEN RATSUCHENDEN STÄRKEN



Die Lebensberatung kann unterstützend und begleitend wirken. Sie gibt Hinweise und Anregungen, zeigt Alternativen auf, macht Vorschläge und gibt Ausblicke unter der Prämisse: Was wäre, wenn ich dies oder das tun würde? Oder: Wie kann ich es schaffen, dies oder das zu erreichen?

Ja, und das „wissen“ wir oft bereits selbst schon, nur eben unterbewusst. Das Bewusstmachen ist dann Aufgabe der Lebensberatung. Das Erkennen, dass dies oder das jetzt tatsächlich das Richtige sein kann. Aber diese Erkenntnis muss der Ratsuchende haben, nicht der Berater. Der würde sonst nur seine Meinung und Ansicht auf der Basis der eigenen Lebenserfahrungen wiedergeben. Denn auch im Dialog gibt es noch jede Menge Möglichkeiten, den Ratsuchenden zu dominieren, ihn zu lenken und zu leiten, was er im Grunde oft auch möchte, zumindest für den Moment.

IN AKUTEN KRISEN GEHÖREN RATSUCHENDE NATÜRLICH ZUM ARZT ODER THERAPEUTEN, DER SICH WIRKLICH GEZIELT UM DEN BETREFFENDEN KÜMMERN KANN, MIT DER ENTSPRECHENDEN AUSBILDUNG.

Wofür eignet sich Lebensberatung?

Um sich mal die Zeit zu nehmen sich mit sich selbst auseinanderzusetzen. Aber auch um die Lust am Spielerischen und die Kraft der Bilder zu nutzen, um neue Gedanken zu denken, neue Wege zu finden oder zumindest zu erkennen, dass alte Wege sich überholt haben mögen. Im Grunde kann die Lebensberatung am besten die Selbstreflexion thematisieren.

Deshalb spreche ich mit interessierten Klienten gerne vor einem Termin über die Arbeit mit Kartenlegen. Damit keine Missverständnisse aufkommen, aber auch das Potential einer Beratung mit Kartenlegen genutzt werden kann.

Wie funktioniert Kartenlegen?

Wenn die Wissenschaft sagt, dass das Unterbewusstsein in Bildern denkt, dann bieten Bilder die Möglichkeit mit dem Unterbewussten ins Gespräch zu kommen. Mit der Instanz in jedem von uns, die im Grunde schon weiß, was ansteht, was nötig wäre. Die eben auch schon einen Teil der Zukunft kennt, da das menschliche Gehirn unter anderem mit der Aufgabe der Vorausberechnung von Ereignissen betraut ist. Genau das können wir uns zunutze machen.

IN SOFERN BEFRAGT DER RATSUCHENDE IM GRUNDE SICH SELBST NACH DEN AUSBLICKEN FÜR DIE ZUKUNFT UND LEGT DABEI TIEFERE SCHICHTEN IN SICH FREI.

Um dem Ratsuchenden dies zu ermöglichen und damit auch arbeiten zu können, braucht es Berater, die sich dessen bewusst sind, dass sie in dem Moment den verlängerten Arm des Ratsuchenden darstellen. Und obwohl jeder Mensch mit Bildern assoziieren kann, fehlt vielen die Übung damit, die Vorstellungsmöglichkeit oder auch der Wortschatz, um Möglichkeiten in Worte zu fassen, die sich aus den ausgelegten Bildern ergeben. Insofern ist es eine weitere Aufgabe des Lebensberaters die Bildsprache zu übersetzen.

Auch kommt dem Berater die Aufgabe zu es dem Ratsuchenden zu ermöglichen wirklich mit den Bild-Aussagen zu arbeiten. Sich nichts schönzureden, aber auch nicht alles negativ zu sehen. Wertfreies Deuten auf der Basis von Möglichkeiten ist durchaus eine Kunst. Soweit es aus menschlicher Sicht möglich ist neutral zu sein, nicht zu werten, nicht vorwegzunehmen, sondern dem Ratsuchenden den Raum für Erkenntnis und Entwicklung zu bieten.

DER ANSPRUCH AN EINEN GUTEN BERATER IST DEMENTSPRECHEND HOCH ANZUSETZEN!



Reflektion:

Was sind Ihre Erwartungen an das Kartenlegen? Was sind Ihre Erfahrungen, wenn Sie schon welche gesammelt haben? Schreiben Sie mir gerne: info@legekunst.de
