

Erkenne dich selbst

Birgitt Sinnwell, Seminare fürs Leben

Warmer fester Händedruck, strahlend blaue Augen, strahlendes Lachen. Das fällt als erstes auf, wenn man Birgitt Sinnwell gegenübersteht. Das Wort Ausstrahlung bekommt eine ganz wörtliche Bedeutung. Der Blick aus dem Fenster ihres Hauses in Münsterlingen, in dem sie zusammen mit ihrem Ehemann Adolf Stoll lebt, passt dazu: blauer Himmel und die Weite des Bodensees. Man sagt ja, der Blick auf eine natürliche Wasseroberfläche könne Horizonte weiten und gleichzeitig beruhigen. Ein kraftvoller Ort und eine kraftvolle Frau. Wenn Birgitt Sinnwell redet, über sich und ihre Arbeit, dann ist das authentisch, selbst erlebt und erfahren. Das was sie macht, was sie ausmacht, kann man sich nicht mal schnell anlesen. Sie hat lange gesucht, bevor ihre Berufung sie gefunden hat, denn: „Die Berufung findet den Menschen, nicht umgekehrt. Wir können das nur unterstützen, indem wir offen sind, damit sie uns auch finden kann. Eine Berufung entwickelt sich zusammen mit den Fähigkeiten“, sagt Birgitt Sinnwell. Großes Vertrauen in den eigenen Weg ist dazu erforderlich. Ihre Lebensgeschichte bestätigt das: Jurastudium, Arbeit als Anwältin, Ausbildung zur Mediatorin und Mutter dreier mittlerweile erwachsener Kinder. Das klingt stringent und gut, und dennoch fühlte sie sich noch nicht zufrieden. Das war sie einfach noch nicht, die Berufung. Also folgten einige weitere Ausbildungen und Auslandsaufenthalte in Indien, Afrika, Amerika. „Ich habe versucht, das Außen zu ändern. Was kann ich mir noch alles aneignen?“ So ganz allmählich und im Laufe der Lebenserfahrung mit vielen Höhen und Tiefen reifte dann die Erkenntnis: Ich kann nur dann erfolgreich und zufrieden leben, wenn ich selbstbestimmt lebe, so frei wie möglich von belastenden Verhaltensmustern und Zwängen; wenn ich etwas mache, in das ich möglichst viele meiner Fähigkeiten einbringen kann, in einem Umfeld, das meiner Ethik und meinen Vorstellungen entspricht. Gedacht, getan? Nein, so hoppla hopp geht das nicht. Zufrieden

und glücklich zu sein bedarf einiger Arbeit, Reflektion, in allererster Linie über sich selbst. Denn wer sich selbst ändert, ändert schließlich die Welt!

Das klingt nach schöner Theorie, aber Birgitt Sinnwell ist es gelungen, sie in ihre Lebenspraxis umzusetzen. Ihre Fähigkeiten sind ihr Beruf und ihre Berufung: zuhören können, erkennen wo Menschen stehen und wo sie sich selbst ausbremsen, etwas ohne Wertung anschauen, vorhandenes Potenzial sehen und auf dem Weg zur Entfaltung begleiten. Das dauert etwa ein bis eineinhalb Jahre. Wer diesen Prozess durchlaufen hat, ist kein anderer Mensch, und doch ist alles anders. Die Haltung gegenüber sich selbst ist eine andere, eine liebevollere, und damit auch die Haltung gegenüber Mitmenschen. Starke Persönlichkeiten wie Birgitt Sinnwell versuchen nicht, andere Menschen zu ändern, was sowieso hoffnungslos ist. Sie ändern ihre Geisteshaltung. Das bedeutet intensive Auseinandersetzung mit sich selbst. Mithilfe der Begleitung von Birgitt Sinnwell und Adolf Stoll macht dies viel Spaß und Freude. Danach kann man aus vollem Herzen sagen: Ich bin ich selbst. Das ist nicht etwa egoistisch, sondern einfach ein anderes Wort für: glücklich sein.

Birgitt Sinnwell und Adolf Stoll

Seminare fürs Leben GmbH

Seedorfstrasse 20

CH-8597 Münsterlingen

Tel. +41 071 66 00 836

Fax +41 071 66 00 837

kontakt@seminare-fuers-leben.eu

www.seminare-fuers-leben.eu

