

Buddha-Spiel (Wer bist du und was willst du?)

Setze dich in zwei Reihen gegenüber, Knie an Knie, nicht zu eng neben den Nachbarn.

Die eine Reihe (Fenster-Reihe) nimmt die Haltung eines Buddha ein, liebevolle, nicht-wertende Akzeptanz, gelassene Ruhe, unumstößliche Sicherheit, ... Buddha fragt ...?

Die andere Reihe antwortet in einem ununterbrochenen Redefluss. Wiederholungen, Nebensätze, Ausschweifungen sind erlaubt, aber keine Pause. Wenn eine Pause entsteht, wiederholt Buddha die Frage. Es muss keine ausgefeilte Antwort sein, auch Bruchstücke von Sätzen sind erlaubt. Interessant sind die Antworten und Variationen (bei Wiederholungen) hauptsächlich für dich selbst. Buddha muss sich auch nicht die Antwort merken, sondern nur mit großer Präsenz da sein.

Typische Fragen:

- Wer bist du? Und was willst du?
- Wie geht es dir in der Liebe?
- Was sind deine Kraftquellen?
- Was magst du an dir?
- Was findest du anziehend bei anderen Menschen?
- Was erwartest du in einer Partnerschaft?
- Was bewegt dich im Inneren?
- Was willst du wirklich?
- Wovor hast du Angst?
- ...