

Carolyn P. Anderson  
Katharine Roske

DAS CO-CREATION  
HANDBUCH 2.0

Ein praktischer Leitfaden zur Entdeckung deines Lebensplans  
und für gelingende Beziehungen in einer neuen Welt

# LESEPROBE



**SHEEMA**

# DAS CO-CREATION HANDBUCH 2.0

Ein praktischer Leitfaden zur Entdeckung deines Lebensplans  
und für gelingende Beziehungen in einer neuen Welt.



SHEEMA

Carolyn P. Anderson  
zusammen mit  
Katharine Roske

Carolyn P. Anderson  
Katharine Roske

D  
A  
S **CO-CREATION**  
**HANDBUCH 2.0**

Ein praktischer Leitfaden zur Entdeckung  
deines Lebensplans und für  
gelingende Beziehungen in einer neuen Welt

---

Übersetzung  
von  
Antoinette Gittinger

**Titel der Originalausgabe:**

The Co-Creator's Handbook 2.0: An Experiential Guide for Discovering Your Life's Purpose and Birthing a New World

By Carolyn P. Anderson with Katharine Roske

Copyright © 2016 Global Family

Originally published by Global Family, 17738 Minnew Way, Penn Valley, CA 95946 USA

ISBN 9781883208035

**Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek**

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen

Nationalbibliothek; detaillierte Daten sind im Internet über

<http://dnb.ddb.de> abrufbar.

1. Auflage 2019

Copyright © 2018 Sheema Medien Verlag,

Inh.: Cornelia Linder, Hirnsbergerstr. 52, D - 83093 Antwort

Tel.: +49 (0)8053 – 7992952, Fax: +49 (0)8053 – 7992953

<http://www.sheema-verlag.de>

Copyright © 2019 Global Family | Carolyn P. Anderson und Katharine Roske

ISBN 978-3-931560-69-0

**Übersetzung:** Antoinette Gittinger

**Cover:** Trina Brunk

**Umschlaggestaltung:** Sheema Medien Verlag, Schmucker-digital

**Gesamtkonzeption:** Sheema Medien Verlag, Cornelia Linder

**Druck und Bindung:** FINIDR, s.r.o., Český Těšín

**Allgemeine Hinweise:**

Das gesamte Werk ist im Rahmen des Urheberrechts geschützt. Jede vom Verlag nicht genehmigte Verwertung ist unzulässig. Dies gilt auch für die Verbreitung durch Tonträger jeglicher Art, elektronische Medien, Internet, photomechanische, und digitalisierte Wiedergabe sowie durch Film, Funk, Fernsehen einschließlich auszugweisem Nachdruck und Übersetzung. Anfragen für Genehmigungen im obigen Sinn sind zu richten an den Sheema Medien Verlag unter Angabe des gewünschten Materials, des vorgeschlagenen Mediums, gegebenenfalls der Anzahl der Kopien und des Zweckes, für den das Material gewünscht wird.

**Haftungsausschluss:**

Dieses Buch dient keinem rechtlichen, medizinischen oder sonstigen berufsorientierten Zweck. Die hier gegebenen Informationen ersetzen keine fachspezifische Beratung oder Behandlung. Wer rechtlichen, medizinischen oder sonstigen speziellen Rat oder Hilfe sucht, sollte sich an einen geeigneten Spezialisten wenden. Autor und Verlag übernehmen keine Haftung für vermeintliche oder tatsächliche Schäden irgendeiner Art, die in Verbindung mit dem Gebrauch oder dem Vertrauen auf irgendwelche in diesem Buch enthaltenen Informationen auftreten könnten.

Jeder Mensch ist für sich selbst verantwortlich. Weder Autor noch Verlag befürworten die Nutzung von Drogen jeglicher Art!

Im Buch finden Sie Links zu Websites Dritter, auf deren Inhalte weder Autor noch Verlag Einfluss haben, deshalb können wir für diese fremden Inhalte keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Die verlinkten Seiten wurden zum Zeitpunkt der Verlinkung auf mögliche Rechtsverstöße überprüft. Rechtswidrige Inhalte waren zum Zeitpunkt der Veröffentlichung nicht erkennbar.

*Die Mission von Global Family besteht darin, Einzelpersonen und Gruppen zu stärken und miteinander zu verbinden, damit sie ihren Lebenszweck und ihr Anliegen verwirklichen und eine positive Veränderung der Welt co-kreieren und herbeiführen.*

*Der Core Group Process™ ist grundlegend für unsere Mission.*

---

## ANMERKUNGEN ZUR DEUTSCHEN AUSGABE

- ▶ Zahlreiche – mittlerweile auch im deutschsprachigen Raum eingebürgerte – englischsprachige Ausdrücke und Begriffe wurden beibehalten. Einige Ausdrücke wurden in KAPITÄLCHEN geschrieben: GEIST im Sinne von Spirit | SELBST im Sinne von WAHRES SELBST, im Gegensatz zu persönliches Selbst.
- ▶ In dieser Ausgabe beugen wir uns der sogenannten »besseren Lesbarkeit« und verwenden in den meisten Fällen die männlichen Schreibweise – natürlich sind alle Geschlechter damit gemeint. Sollte sich ein\*e Leser\*in dazu berufen fühlen, das Buch zu gendern, dann freuen wir uns auf eine Mail.
- ▶ Die meisten der im Buch angeleiteten Meditationen sind auf der Website **[www.cocreatorshandbook.com](http://www.cocreatorshandbook.com)** in englischer Sprache zu hören. Hier kann man auch Fragen stellen, Feedback geben, die Autorinnen kontaktieren und sich eintragen, um einen Newsletter zu abonnieren.

## WAS ANDERE ZU DIESEM BUCH SAGEN

### **Barbara Marx Hubbard**

Autorin von *Vom Ego zur Essenz* und *52 Schlüssel zur bewussten Evolution des Selbst: Ein Wandlungsprozess zur Verwirklichung des vollen Potenzials deines Selbst*

»Durch das bewusste Erlernen der Methoden, die in diesem *Handbuch* angeboten werden, leisten wir einen unermesslichen Beitrag zum Quantensprung auf die nächste Ebene menschlicher Evolution – zum »Himmel auf Erden«. Dieses Buch versorgt uns mit einer Fülle von persönlichen und sozialen Abläufen, durch die wir diesen Sprung gemeinsam ausführen können – aus unserem Inneren heraus, durch unsere spirituelle Motivation und einmalige Kreativität nach Außen führend. So werden wir selbst zu neuen Ausgaben von Co-Creatoren der großartigen neuen Welt, von der wir wissen, dass sie möglich ist.«

### **Duane Elgin**

Autorin von *Das Lebende Universum: Woher wir kommen. Wohin wir gehen.*

»Wir können die Erde nicht heilen, wenn wir aus Angst und Isolation heraus handeln. Um eine nachhaltige und bedeutungsvolle Zukunft zu erschaffen, müssen wir lernen, unsere innere Kreativität anzuzapfen und diese dann mit anderen im Geiste eines anteilnehmenden Dienstes zu verbinden. Dieses *Handbuch* ist ein Buch von Pionier\*innen gesellschaftlicher Architektur, die praktizieren, was sie predigen. Dieses Buch stellt eine inspirierende Landkarte dar für die Entdeckungsreise unserer inneren Kreativität hin zur Entwicklung einer unterstützenden und synergetischen Gemeinschaft und weiter zu praktikablen und kooperativen Handlungen in der Welt.«

## **Jean Houston**

Autorin von *Begeisterung für das Mögliche* und *Jump Time*

»Ich glaube, dass das Arbeiten in Gruppen transformierende Synergien erschafft, durch die wir gemeinsam schneller und tiefgreifender vorankommen als wenn wir auf uns alleine gestellt unterwegs sind. Durch das gegenseitige Wachrufen erweitern wir die Basis unserer Anliegen, entdecken wir eine vertiefte Beziehung zu unserem Planeten und verstärken das Erkennen seiner Bedürfnisse genauso wie unsere Bereitschaft diese Bedürfnisse kreativ zu erfüllen.

Gemeinschaftlich zu wirken ermöglicht jeder Person, die Träume und Stärken eines jeden anderen der Gruppe zu halten. Sollten wir also in einen Abschnitt von Depression oder Hoffnungslosigkeit geraten, werden unsere Stärke und unsere Träume von der Gruppe gehalten bis wir zu einer gesünderen Geisteshaltung zurückkehren. Und wenn wir das für jeden von uns tun können, können wir ebenso unsere kollektiven Träume für die Zukunft der Welt halten.«

## **Arjuna Ardagh**

Autor von *Radikal gelebte Meisterschaft. Das Geheimnis wahrer Größe: Radikale Brillanz*

»Am brilliantesten sind wir, wenn wir zusammenarbeiten. Den meisten von uns ist das bewusst: Dies ist der Grund für Ideenschmieden, Mastermind-Gruppen und Coachings. Es gelingt jedoch nicht automatisch, das Beste aus jedem von uns hervorzuholen. Dafür braucht es eine wohldurchdachte Intention und Übungsmöglichkeit. Dieses *Handbuch* ist das einzige Werkzeug, das du benötigst, um das Optimale in jedem von uns an die Oberfläche zu bringen und um gemeinsam etwas Einzigartiges zu kreieren – nicht nur als eine Zusammenarbeit, sondern als eine Bewusstheit.«

# Inhalt

---

- 11 Widmung
- 12 Danksagung
- 14 Der Ruf
- 17 Vorwort von Barbara Marx Hubbard
- 22 Die Zukunft der Menschheit von Veit Lindau
- 27 Optimale Nutzung dieses Handbuchs
- 29 Handbuch-Übersicht
  
- 31 TEIL 1: Eine Einladung zur Co-Creation**
- 33 Die Entwicklung des Core Group Process™
- 37 Ein Überblick über die Kreise der Co-Creation
- 45 Das Versprechen der Co-Creation
  
- 55 TEIL 2: Beginn des Core Group Process™**
- 56 Bevor du beginnst
- 58 Die ersten Meetings
- 62 Die Vereinbarungen für Co-Creatoren
- 66 Empfohlenes Meeting-Format
- 72 Differenzierung
- 74 Muster einer geführten Meditation
  
- 77 TEIL 3: Erfahrung mit den Kreisen der Co-Creation**
- 78 KREIS 1: Erwecken des co-kreativen SELBST**
- 91 Tipps für inneres Lauschen
- 100 Vertiefende Übungen
- 107 KREIS 2: Erzeugen und Aufrechterhalten von Resonanz**
- 117 Leitprinzipien, um Resonanz zu schaffen und zu erhalten
- 120 Vertrauen in der Gruppe aufbauen
- 127 Aufbau des Resonanzfelds durch Anerkennung
- 131 Vertiefende Übungen



- 133 **KREIS 3:** Überwindung der Illusion des Getrenntseins
- 141 Kommunikationsfertigkeiten für ein harmonisches Leben
- 151 Selbstverantwortliche Vereinbarungen zur Heil-  
kommunikation
- 157 Die Kraft von Akzeptanz
- 160 Vertiefende Übungen
- 166 **KREIS 4:** Zugang zur inneren Weisheit
- 174 Die Unterscheidung der inneren Stimme vom analytischen  
Verstand
- 177 Inspirierte Einsichten
- 186 Vertiefende Übungen
- 188 **KREIS 5:** Zeremonie, Ritual und Feier
- 192 Merkmale heiliger Zeremonien
- 201 Beispiele für Zeremonien
- 206 Übergangsriten
- 210 Feierlichkeiten
- 213 Vertiefende Übungen
- 216 **KREIS 6:** Ausdruck deines Seelenplans
- 223 Identifikation deines Seelenplans
- 231 Neubildung deiner Kerngruppe
- 236 Vertiefende Übungen
- 241 **KREIS 7:** Erfüllung eures gemeinsamen Schicksals
- 252 Definition des gemeinsamen Ziels
- 254 Tipps für die Verwirklichung eines gemeinsamen Ziels
- 257 Co-kreiere dein Erfolgs-Statement
- 263 Der Weg zum ausgerichteten Handeln
- 269 Vertiefende Übung
- 270 **KREIS 8:** Einstimmung auf den Schöpfungs-Entwurf
- 278 Co-kreative Entscheidungsfindung
- 284 Prinzipien der ganzheitlichen bzw. co-kreativen Entschei-  
dungsfindung

291	Praktizieren der co-kreativen Entscheidungsfindung
298	Selbstführung
301	Vertiefende Übungen
<b>303</b>	<b>KREIS 9: Gebären einer neuen Welt</b>
314	Die Konvergenz der Kerngruppen
320	Kooperatives Unternehmertum
324	Neue Formen der Führung
329	Die Sharing Caring Economy
333	Neue Lebensformen
338	Vertiefende Übungen
<b>340</b>	<b>EPILOG: Erwachen in unserem Traum</b>
<b>347</b>	<b>TEIL 4: Verbunden bleiben</b>
348	Global Family
349	Hummingbird Community
350	Co-Creation leben
351	Glossar
355	Die Autorinnen

# Widmung

---

*Für den EINEN, der für viele steht ...  
und für die Vielen, die ihren Beitrag zur Erschaffung einer neuen,  
liebenswerteren Welt leisten.*

# Danksagung

---

Die Ideen und Übungen in diesem Buch sind in den letzten Jahrzehnten aus zahlreichen Fäden gewoben worden. Wir danken folgenden Freund\*innen und Kolleg\*innen für ihren großzügigen Beitrag zu unserem Leben und zu diesem Buch:

Barbara Marx Hubbard – Visionärin, Social Architect und evolutionäre Denkerin – ist seit Jahrzehnten unsere Freundin, co-kreative Kollegin und Mentorin. Ihre wegbereitende Arbeit mit dem Core Group Process™ bildete die Grundlage für dieses *Handbuch* und inspirierte Menschen auf der ganzen Welt. Ihre Freundschaft und Beratung haben unser Herz berührt und unser Bewusstsein erweitert. Wir danken Barbara und ihrer *Foundation for Conscious Evolution* für die innovative Arbeit, die sie leisten, um das Bewusstsein auf unserer Erde zu verändern.

Unsere aufrichtigste, von Herzen kommende Dankbarkeit gilt unseren hingebungsvollen Ehemännern Sanford Anderson und Makasha Roske für ihre liebevolle Unterstützung und weisen Ratschläge. Die Verbindung unserer schöpferischen Geisteskraft ist eine nie versiegende Quelle der Freude, der Inspiration, des Lernens und der Bereicherung.

Unser besonderer Dank gilt Marion Culhane für ihre Vision und ihr Engagement bei der Mitgründung der *Global Family*, für ihre unermüdliche Unterstützung und Inspiration und dafür, dass sie *die* Art von Schwester ist, die nur die Glückskinder zu ihrer Familie zählen können!

Wir sind Carolyns verstorbenem Mann und co-kreativem Partner John Zwerver dankbar, der als Herausgeber der früheren Version dieses Buches in hohem Maße zum Inhalt und GEIST dieser Arbeit beitrug. Danken möchten wir auch Tim Clauss für die Jahre, die er der *Global Family* voller Engagement gedient hat, für seinen unschätzbaren Beitrag, auf der ganzen Welt Core Groups zu gründen und für die Co-Creation vieler der

Tipps, Prinzipien und Übungen in diesem *Handbuch*. Wir schätzen sein Talent, seine Großmut und seine Freundschaft.

Unsere Wertschätzung gilt der *Hummingbird Community* in New Mexico für die Entwicklung der Co-Creation und dafür, dass sie als lebendes Labor für die Bewusstseinsentwicklung dient. Wir danken auch Rich Ruster, Ralph Huber und David Fischer für die führenden Rollen, die sie bei der Unterweisung anderer in co-kreativen Methoden übernommen haben.

Wir danken Veit und Andrea Lindau, den Gründern des *Human Trust*, für ihre großzügige Gastfreundschaft, liebevolle Freundschaft und ihre Unterstützung dabei, den Nährboden für die Verbreitung unserer Übungen in Deutschland zu bereiten – und wir danken ihnen dafür, dass sie uns Cornelia Linder empfohlen haben, die das Buch in ihrem Verlag in Deutschland publiziert. Wir sind allen dreien sehr dankbar.

Eine Gruppe Global Family Ambassadors trifft sich wöchentlich in Video-Calls, um die Co-Creation-Übungen zu praktizieren, weiterzuentwickeln und mit den Teilnehmern ihrer Gemeinschaften zu teilen. Wir fühlen uns durch die Verbundenheit mit diesen Pionier\*innen inspiriert und energetisiert – und wir danken ihnen dafür, sich verpflichtet zu haben, ein Resonanzfeld aufzubauen, das als Fundament für globale Co-Creation dient.

Marian Head, Amaeya Rae, Lila Tresemer, Louis Bohrtlingk und Alan und Dianne Collins haben ihre Brillanz großzügig mit uns geteilt, und zwar in Form von erfahrungsbezogenen Übungen und Sondierungsgesprächen. Möge ihre Freundlichkeit und Selbstlosigkeit auf überraschende und bedeutungsvolle Weise reichlich belohnt werden!

Und schließlich danken wir unseren Kindern, Enkeln und den künftigen Generationen dafür, dass sie uns den Weg in eine neue Welt der Einheit und Liebe gezeigt haben.

Dies war wahrlich ein co-kreatives Unternehmen, und wir sind tief gerührt von der Unterstützung, die wir von so vielen Menschen, die uns so viel bedeuten, erhalten haben.

In Liebe und Dankbarkeit

*Carolyn Anderson und Katharine Roske*

# Der Ruf

---

Dies ist eine Einladung, an dem vielleicht größten Abenteuer aller Zeiten teilzunehmen ... an der Erschaffung einer neuen Welt ... einer co-kreativen Gesellschaft.

So wie viele unserer Vorfahren oft große Strecken zurücklegten, um ihre Überzeugungen und Ideale zum Ausdruck zu bringen und ihrem Freiheitsdrang nachgehen zu können, hören wir, die Sozialpioniere von heute, einen inneren Ruf, um eine neue Kultur zu entfalten, die das erweiterte Bewusstsein widerspiegelt, das wir in unserem Leben erfahren.

Die alten Formen, Strukturen und Institutionen werden unseren kollektiven Bedürfnissen nicht länger gerecht, weil wir inspiriert sind, die Verantwortung für die Co-Evolution unserer Welt zu übernehmen. An diesem vielversprechenden Zeitpunkt der Evolution entsteht in den Herzen eines stets wachsenden Menschenverbunds die Sehnsucht, neue soziale Formen zu entdecken und zu entwickeln. Neue Formen, welche die Einheit und Vielfalt anerkennen und das volle kreative Potenzial jedes Individuums wecken.

Während unser Bewusstsein von Trennung und Angst zu Einheit und Liebe wechselt, verspüren wir den Wunsch, uns mit anderen in co-kreativen Bestrebungen zu vereinen – mit Menschen, die die Wertvorstellungen und Tugenden von Vertrauen, Respekt, Gleichheit, Kooperation, Gleichmut, Demut, Großmut, Integrität und Mitgefühl verkörpern.

Dies öffnet einen neuen Horizont – eine Reise in unbekanntes Terrain. Viele sind uns schon vorausgegangen, haben uns den Weg gewiesen und in Augenblicken reagiert, in denen der Schrei

der verwirrten Massen rund um die Welt wiederhallte. Die großen Meister, Heiligen und Propheten haben uns gezeigt, was möglich ist. Die meisten wanderten entlang eines einsamen Pfades, wurden missverstanden und oft sogar verfolgt.

Jetzt, zum Zeitpunkt der »großen Wende«, erkennen Sozialpioniere, dass wir den Weg nicht allein zurücklegen müssen. Thich Nhat Hahn drückte dies so treffend aus: »Der nächste Buddha ist vielleicht kein Individuum, sondern eine erleuchtete Gemeinschaft«. Wir wechseln von einem Bewusstsein des »Ich« zu einem Bewusstsein des »Wir« als ganze Wesen, die einander in einem Prozess gegenseitigen Erwachens dienen. Im Augenblick öffnen sich Millionen mutiger Individuen in Städten und Dörfern auf der ganzen Welt einer größeren Realität, indem sie auf einen Ruf in ihrem Herzen reagieren, die innere Reise anzutreten, um »sich selbst kennenzulernen«. Diese kreative Minderheit reicht jetzt zahlenmäßig aus, um das Blatt zu wenden.

Dieses *Handbuch*, das dank einer frühen Welle sozialer Erneuerer entstanden ist, stellt eine Reaktion auf das Bedürfnis nach einem Gesellschaftswandel dar. Es bietet Prozesse, Tools, erfahrungsbezogene Übungen und die Erkenntnis, die nötig ist, um uns alle darin zu unterstützen, die Mission der Seele zu erfüllen und die Art von Welt zu erschaffen, von der viele träumen, dass sie möglich ist. Es ist der evolutionäre Imperativ unserer Zeit, uns zu Teams zusammenzuschließen, einen Ort der Liebe zu schaffen und aufrecht zu erhalten, uns kollektiv mit dem GEIST zu verbünden und neue soziale Formen zu entwickeln, die ein erwachtes Bewusstsein verkörpern. Kollektiv gesehen verfügen wir über den inhärenten Genius, die grenzenlose Kreativität und den Reichtum an Ressourcen, die erforderlich sind, um auf die enormen Herausforderungen unserer Zeit zu reagieren.

Diese Einladung richtet sich an alle Pionierseelen, die ihre wahre Essenz erkennen, auf einen inneren Ruf reagieren und denen das

Wohlergehen des Lebens wichtig ist. Mögen wir kühn, mutig und innovativ sein, während wir gemeinsam daran arbeiten, eine neue Welt zu erschaffen, eine co-kreative Gesellschaft, die im Dienste des höchsten Wohls aller steht.

Im Interesse des künftigen Lebens und kommender Generationen wollen wir den evolutionären Sprung wagen und uns gemeinsam auf diese Transformationsreise begeben.

---



# Vorwort

---

von Barbara Marx Hubbard

Es zeichnet sich eine neue Menschheit ab, die in sich den Samen einer völlig neuen Zukunft trägt und die in den großen mystischen Traditionen der menschlichen Rasse vorausgesehen wurde: der neue Himmel, die neue Erde und das Neue Jerusalem – jenseits des Todes, jenseits von Mangel, jenseits der Illusion des Getrenntseins zwischen den Menschen und dem Göttlichen.

Meiner Meinung nach durchlaufen wir einerseits eine Zeit der Quantentransformation, während es andererseits diese radikal neue Zukunft gibt, die man sich vorgestellt, jedoch ins rein Mystische oder ins Jenseits verbannt hat. Diese Zukunft ist tatsächlich der Attraktor der nächsten Stufe der menschlichen Evolution. Sie entfaltet sich zurzeit mitten unter uns – nicht als Leben nach dem Tod, sondern als Leben nach dieser Lebensphase. Offenbarung entfaltet sich als Evolution. Wir haben das Ende einer Phase menschlichen Wachstums und Bewusstseins erreicht und treten in eine neue Ära einer sich abzeichnenden, noch unbekanntem Zukunft.

Es kristallisiert sich immer mehr heraus, dass egozentrische Menschen mit der Macht, das Leben zu verändern – in unserem derzeitigen Bewusstseinszustand –, nicht länger lebensfähig sind. Durch die Biotechnologie, Nanotechnologie, Robotertechnik, künstliche Intelligenz und die Nutzung von Quantencomputern entwickeln die Menschen ständig wachsende Fähigkeiten, die bestehende Welt zu zerstören. Wir stehen vor der Wahl, entweder die Zerstörung der Welt zu riskieren oder uns für eine bewusste Evolution

zu entscheiden. Dies läuft auf die Evolution der Evolution selbst hinaus, von natürlicher Selektion zu bewusster Wahl. Wenn die Menschen unserer Generation lernen, die Evolution ethisch zu gestalten – wenn wir uns auf die tiefere Realität selbst einstimmen können, wie es die großen Seher und Mystiker der Menschheit immer getan haben –, erkennen wir die Möglichkeit einer unermesslichen und unbekannteren Zukunft: kosmisches Bewusstsein, Transformation unserer Spezies und Kontakt mit anderen Lebensformen. Wenn nicht, sehen wir bereits die Möglichkeit unseres eigenen Aussterbens vor uns.

Im Rahmen dieses epochalen Wandels hin zur nächsten Evolutionsstufe kristallisieren sich drei große Evolutionsströme heraus: die neue Geschichte, der neue Mensch und die neue Gesellschaft. Dieses *Handbuch* leistet einen entscheidenden Beitrag zu jedem einzelnen.

► Die neue Geschichte ist die umfassende Geschichte unserer Evolution vom Anfang der Schöpfung bis zum *ersten Zeitalter bewusster Evolution*. Wir sind die Generation, die sich der Evolution bewusst wird, und erkennen, dass wir sie mit allem, was wir tun, beeinflussen. Dies bedeutet absichtliche Evolution, nicht zufällige. Wir sind mit der beängstigenden Herausforderung einer *bewussten Evolution* konfrontiert, nicht nur, um die Selbstzerstörung zu vermeiden, sondern auch, um eine bewusste Selbst-Evolution hin zu einer Zukunft zu fördern, die uns erstrebenswert erscheint. In diesem Bereich hat die Menschheit keine Übung. Deshalb bietet dieses *Handbuch* eine wichtige Orientierungshilfe.

► Der neue Mensch könnte »Homo Co-Creator« getauft werden. Er ist im Bewusstsein universell und in den tieferen Schöpfungsprozess eingebunden: dem Impuls der Evolution, das göttliche Streben nach universeller Kreativität. Er wird durch den leidenschaftlichen Wunsch getrieben, an diesem Prozess teilzuhaben, indem er seine Gabe beiträgt, liebevoller und kreativer wird und die

Neigung zu einem bewussten Leben verkörpert. Dieses *Handbuch* unterstützt uns bei unserer Entwicklung zum Homo Co-Creator.

► Die neue Gesellschaft ist eine co-kreative Gesellschaft. Mitten unter uns entsteht gerade eine Kultur, die die Eigenschaften des neuen Menschen zum Ausdruck bringt, der sich bereits der Aufgabe verschrieben hat, Mutter Erde wiederherzustellen, die Menschheit von Ungerechtigkeit, Konflikten, Krieg und Krankheiten zu befreien. Der Homo Co-Creator ist ein Mensch, der von seiner Seelen-Essenz inspiriert wird und das kosmische Bewusstsein und Visionen einer Welt anstrebt, in der alle Menschen bereit sind, ihr Bestes zu geben.

Das *Handbuch* hat intuitiv den Entwurf einer bewussten Evolution erkannt! Das Wesentliche dieses Entwurfs besteht in der Anziehung, der Vereinigung im Geist der Liebe zur Co-Creation. Seit Milliarden von Jahren hat die Natur scheinbar nicht zusammengehörige Teile zu immer komplexeren Gesamtsystemen vereint. Jetzt beginnen die Menschen, dies bewusst zu tun.

Wie in diesem Buch beschrieben, vereinen sich die Individuen in co-kreativen Gruppen, um das Potenzial jedes Einzelnen und jeder derart vereinten Gruppe auszuschöpfen. Dies geschieht aufgrund der Anziehung innerhalb eines Resonanzfelds. *Diese kleinen Gruppen bilden die Struktur der neuen Welt, die bereits mitten unter uns entsteht.*

Das *Handbuch* bindet diesen Entwurf in eine Reihe von intensiven, jedoch einfachen Prozessen ein. Diese führen uns von kleinen Gruppen, die lernen, das Resonanzfeld und gemeinsame Ansichten aufzubauen, durch eine Reihe von Übungen, die das Muster des Selbst und der sozialen Evolution enthüllen. Der Prozess gipfelt in co-kreativen Kerngruppen, die sich synergetisch verbinden und durch gemeinsame Lebensziele neue Systeme, Innovationen und Projekte für die neu entstehende Welt entwickeln.

Kerngruppen stellen prägende Einheiten der neu entstehenden Kultur dar. Da sie sich aufgrund der gewählten Berufe ihrer Mitglieder verbinden und handeln, werden sie schon jetzt zu organisch funktionalen Elementen innerhalb des neuen Gesellschaftskörpers – seine Heiler und Unternehmer, seine Kommunikatoren, Erzieher, Künstler, Manager und Anführer aller Art. Bereits heute bilden Netzwerke von menschlichen Gemeinschaften, die sich aus solch kleinen Resonanzgruppen zusammensetzen, die Grundlage für die kulturelle Reformation der Welt.

Wenn wir tief durchatmen und in unserer Vorstellung über den Quantenabgrund springen, können wir bereits das Aufleuchten einer radikal neuen Welt erkennen. Wir haben eine Gesellschaft aufgebaut, deren Organisationen co-kreativ mit den Evolutionsmustern und erfüllt vom GEIST der Schöpfung in jedem von uns sind. Wenn wir damit beginnen, den Prozessen sozialer Synergie neue interaktive Internetkapazitäten hinzuzufügen, um uns miteinander zu verbinden, Co-Creator mit Co-Creator, dann beginnt unser planetarisches Nervensystem kohärent zu werden. Facebook, Twitter, über sieben Milliarden Handys, Google und weitere Plattformen organisieren sich nach und nach, um die Co-Creation zu unterstützen.

Während unser planetarisches Nervensystem von Co-Kreativität und Liebe durchdrungen wird – und neue Strukturen wie z. B. Kerngruppen uns miteinander verbinden –, wird das kollektive Bewusstsein der Menschheit positiv beeinflusst.

In dieser neu entstehenden technologischen und sozialen Arena können wir beobachten, wie junge Co-Creatoren, die Kinder unserer Kinder, in den Prozess bewusster Evolution eintreten. Wir sehen, wie sie neue soziale Systeme entwerfen und schließlich Zugang zu den evolutionären Technologien gewinnen, die radikal neue Möglichkeiten, ausreichend Energie und umweltfreundliche Technologien versprechen, um uns von der erdgebundenen kreatürlichen

menschlichen Existenz zu befreien. Bereits jetzt stehen wir an der Schwelle eines universellen Lebens.

Kerngruppen, die die wesentlichen Elemente der Co-Creation umsetzen, bilden einen Ausgangspunkt für Pionierseelen, die dazu aufgerufen sind, den Übergang in unserem eigenen Leben, in den Familien, am Arbeitsplatz und in den Gemeinschaften zu vollziehen. Wenn wir diese persönliche und gesellschaftliche Veränderung auf jedwedem Level, den wir erreichen können, vornehmen, versehen wir die chaotische Kultur um uns herum mit Inseln der Kohärenz. Wir bringen sie in Einklang mit der tieferen Neigung der Evolution zu höherem Bewusstsein und größerer Freiheit mittels einer synergetischeren Ordnung. Wir vollziehen den Quantensprung selbst. Wenn wir auf diese Art und Weise harmonisieren, leben wir *genau in diesem Augenblick* in einem neuen Himmel und auf einer neuen Erde. Wo auch immer zwei Personen oder mehr sich in diesem Daseinszustand befinden, ist die Zukunft zur Gegenwart geworden. Wir verwirklichen den Traum und erfüllen das Versprechen all der großen Mystiker dieser Welt.

Wenn wir uns die Übungen, die in diesem Buch angeboten werden, bewusst aneignen, leisten wir einen unermesslichen Beitrag zu diesem Quantensprung auf die nächste Stufe der menschlichen Evolution – zum »Himmel auf Erden«. Dieses *Handbuch* zeigt uns persönliche und soziale Prozesse, mittels derer wir den Sprung gemeinsam vollführen können, von innen heraus, von unserer spirituellen Motivation und einmaligen Kreativität aus, um schließlich als Co-Creatoren der großartigen neuen Welt zu fungieren, die, wie wir wissen, realisierbar ist.

---

# Die Zukunft der Menschheit

---

von Veit Lindau

Wer sich noch nicht frustriert oder konsterniert von allen Nachrichten abgeschottet hat, sondern mit einem aufmerksamen Geist und einem mitfühlenden Herzen verfolgt, was auf unserem Planeten geschieht, der wird mir sicher Recht geben, wenn ich sage:

»Wir Menschen haben ein gewaltiges Problem.«

Es wirft seine Schatten in alle Bereiche des menschlichen Daseins. Es zeigt sich in steigenden Depressions- und Burn-out-Raten, unzähligen gescheiterten Partnerschaften, verkrusteten Erziehungs- und Bildungssystemen, der immer größer werdenden Schere zwischen Arm und Reich, sinnlosen Kriegen, Terrorismus und Umweltkatastrophen.

Dabei sind wir (eigentlich) so intelligent. Wir wissen so viel. Wir verfügen nachweislich über die Ressourcen, um die anstehenden Herausforderungen zu lösen. Die meisten Menschen sind auch durchaus fähig zu lieben. Also, was ist unser Problem?

Wenn ich es auf einen Nenner bringen müsste, würde ich sagen, wir haben ein Beziehungsproblem. Mit uns selbst, mit unseren Mitmenschen, mit der Umwelt, mit dem Kosmos. Obwohl wir nachweislich auf vielen Ebenen mit Allem verbunden sind, denken, fühlen und agieren die meisten von uns wie isolierte, getrennte Wesen. Hier sind wir – und da ist der große Rest.

Ein Mensch, der ego(ich)zentriert kommuniziert, ist weder fähig, sein eigenes Potenzial, noch das der Systeme, in denen er lebt, voll zu entfalten. Er wird sich und andere immer wieder als Objekte betrachten, die untereinander um die Durchsetzung ihrer Bedürfnisse konkurrieren. Er wird sich mit Gleichgesinnten in Interessensbündnissen (Familien, Parteien, ...) zusammenschließen. Doch um zu erkennen, wie uneffektiv diese Kommunikations- und Beziehungsformen sind, brauchen wir nur den Dialogen einer festgefahrenen Ehe, einer Betriebsratssitzung in einem großen Konzern oder einer Debatte im Bundestag zu lauschen.

Die Art und Weise, wie wir bis hierher miteinander kommuniziert haben, kann die Herausforderungen unserer Zeit nicht lösen. Unsere Kleinfamilien, Schulen, Konzerne und Regierungen agieren zu starr, zu rechthaberisch, zu getrennt, um im reißenden Strudel von Globalisierung und Technologisierung nicht nur den Kopf über Wasser halten, sondern den Ritt sogar genießen zu können.

Ich möchte dich mit dieser Schilderung nicht frustrieren, sondern für die große Hoffnung sensibilisieren, die sich in der Kernidee dieses Buches verbirgt.

Ich bin ein Optimist. Ich glaube, dass sich die menschliche Spezies nicht am Ende, sondern am Beginn ihrer Entwicklung befindet. Wir sind evolutionäre Babys, die nicht ansatzweise begriffen haben, wie viel schöpferisches Potenzial ihnen anvertraut wurde. Das Leben passiert uns nicht einfach so. Wir verfügen über die Kapazität, es mitzugestalten. Doch das schaffen wir nicht mit den bisher hauptsächlich praktizierten Beziehungsformen, nicht mit Konkurrenz und auch nicht mit Kooperation.

Um ein einfaches Bild zu gebrauchen: Stell dir vor, der Menschheit wurde ein großes existentielles Rätsel anvertraut. In jedem von uns verbirgt sich ein Schlüssel zu dessen Lösung. Doch solange die Mehrheit primär aus Eigeninteresse und nicht abgestimmt mit dem Rest agiert, geht es nicht weiter.

Aber was wäre, wenn wir in unseren Partnerschaften, Teams, Unternehmen und letztendlich als eine Menschheit in der Lage wären, unsere individuellen Ambitionen in einem zentralen Anliegen zu vereinen? Nämlich dem Wunsch, Lösungen zu empfangen, die dem Wohlergehen aller Wesen dienen.

Für viele mag dies wie eine naive Utopie klingen, doch ich suche und forsche seit Jahrzehnten auf diesem Gebiet und weiß, dass sie existieren – die neuen Wege, sich aufeinander zu beziehen. Kein Einheitsbrei schwacher Individuen, sondern ein schöpferisches Konzert starker ICHs, die ihre Gaben und Sehnsüchte in einem starken WIR vereinen. Die Methoden, die den Fühler in diese Richtung ausstrecken, mögen verschieden heißen – agile Organisationsentwicklung, U-Theory, Presencing, Feldtuning usw. – doch ihnen allen liegt ein essentielles Kommunikations-Prinzip zugrunde: Co-Creation.

Auch wenn Co-Creation mittlerweile fast schon wieder zu einem Modewort verwässert wurde, ist es eben nicht nur eine Idee, sondern ein grundsätzliches Prinzip des Lebens. Jede Zelle deines Körpers co-kreiert mit allen anderen. Die Biene co-kreiert mit der Apfelblüte. Wir waren immer Part dieser so komplexen, multidimensionalen Schöpfungssinfonie. Doch weil unser Verstand fähig ist, eine Illusion der Trennung zu kreieren, fielen wir (scheinbar) aus der Ordnung und produzierten schräge Töne. Ich bin überzeugt, dass wir langfristig selbst die dunkelsten Zeiten der Menschheit als Geburtswehen eines universellen Bewusstseins begreifen werden. Doch nun ist es Zeit, aus dem Traum der Separation aufzuwachen und, gereift durch die Erfahrung des schöpferischen Exils, noch bewusster an den Co-Creations-Prozessen teilzunehmen.

Wem dies zu episch oder mystisch klingt (sorry, ich gerate bei diesem Thema schnell ins Schwärmen), stell dir einfach ein Team von tollen Menschen um dich herum vor, die allesamt fähig sind, ihr Ego für ein gemeinsames Anliegen zu entspannen, so ihre



einzigartigen Gaben miteinander zu synchronisieren und sich auf ein völlig neues Level an Kreativität emporzuschwingen.

Klingt das gut? Dann freu dich auf dieses Buch. Das tollste daran ist – und deshalb empfehle ich es sehr gern weiter: Es wurde eben nicht von ein paar schlaun Theoretikern in einem verstaubten Elfenbeinturm niedergeschrieben. Ich kenne die Menschen hinter diesem Werk persönlich sehr gut. Ich kann dir versichern, sie leben seit Jahrzehnten Co-Creation. Sie kennen das Licht und den Schatten des Prozesses. Sie wissen um die Möglichkeiten, aber auch um die Fallen. Wir arbeiten selbst mit der Global Family in einigen Projekten zusammen und ich habe selten Autor\*innen erlebt, die die Ideen, über die sie schreiben, selbst so integer und konsequent anwenden. Co-Creation funktioniert!

In den vielen Gesprächen, Vorträgen und Seminaren unserer Arbeit weiß ich, dass die meisten wachen Menschen heutzutage die Begrenztheit der alten Systeme sehen und die neuen Kommunikations- und Organisationsformen ahnen. Die Frage, die ich dabei am häufigsten höre, lautet: »Wie? Ich weiß, etwas Neues muss her, aber wie sieht es aus?«

Dieses Buch enthält eine konkrete Schritt-für-Schritt-Anleitung für die Teams, in denen du lebst, um die Wirkkräfte der Co-Creation einzuladen und so überraschend neue Lösungen zu empfangen, die dir dienen, euch dienen, allen dienen.

Es ist ein Buch für alle Bewusstseins-Pionier\*innen unserer Zeit, die begriffen haben: Die Zeit der Einzelanstrengung ist vorbei.

Ich wünsche dir von ganzem Herzen, dass dich das Thema packt, verändert, verzaubert. Dass du schnell die passenden Mitstreiter findest – um dich mit ihnen in neue geistige Höhen zu erheben und dann Schritt für Schritt eine neue Welt zu manifestieren.

Die nächste Seite deiner und unserer Geschichte wird dort aufgeschlagen, wo du heute lebst.

Die Geschichte der Menschheit passiert nicht einfach so. Wir erschaffen sie miteinander. Buckminster Fuller schrieb einmal: »Wir sind die Kapitäne des Raumschiffes Erde.« Wir, das sind nicht irgendwelche Regierungen oder Heilige. Wir, das bist du, das sind wir. Noch torkelt das Raumschiff, weil die wenigsten seiner Insassen begriffen haben, dass sie heute Morgen aufgestanden sind, um es bewusst zu steuern.

Je mehr Menschen diese ihnen innewohnende Power erkennen, desto wahrscheinlicher werden wir miteinander eine völlig neue Form der Beziehung erlernen – die bewusste Co-Creation von vielen starken ICHs in einem starken WIR.

Dann werden die Spinner die Normalen sein und Liebe die natürliche Tagesordnung.

Warte nicht auf die anderen. Es beginnt mit dir. Lass dich von den Zynikern und Frustrierten nicht bremsen. Bring gute Fragen und starke Visionen in deine Netzwerke.

Sei ein inspirierender Lichtbringer.

Kommunikation ist der Schlüssel. Bring all deinen Beziehungen Vergebung und Freude, Frieden und Lust am Erschaffen.

Die Zeit ist reif für Co-Creation.

Mit herzlichem Gruß,

*Veit Lindau, Oktober 2018*

---

# Optimale Nutzung dieses Handbuchs

---

Dieser Leitfaden wurde geschrieben, um die Entwicklung von Individuen und die Bildung von co-kreativen Gruppen zu unterstützen, die ein gemeinsames Anliegen verfolgen oder ein Projekt kreieren wollen. Das Buch ist ein Tool, das dich befähigen soll, die Prinzipien und Methoden der Co-Creation zu erlernen, und das dir dabei hilft, Teamkollegen zu finden, damit ihr euch und die Welt gemeinsam entwickeln könnt. Jene Gruppen, die schon Erfahrung darin haben, Vertrauen und Resonanz aufzubauen, werden sogar noch mehr von diesem Leitfaden profitieren, weil ihre Gruppe auf die nächste Stufe geführt wird – die Stufe der Co-Creation.

Zu den Gruppen und Gemeinschaften, die vom Erlernen co-kreativer Praktiken profitieren können, gehören Unternehmen, Interessengemeinschaften, Familien, gemeinsame Haushalte, engagierte Teams, Aktionsgruppen, Kirchengemeinschaften und Dienstleistungsgruppen sowie alle anderen kleinen Gruppen, die sich gebildet haben, um sich weiterzuentwickeln und Heilung zu erfahren oder positive Veränderungen in ihrer Gemeinschaft und in der Welt zu fördern. Tausende von Pionierseelen haben entdeckt, dass die individuelle und die kollektive Transformation erleichtert wird, wenn die im Folgenden beschriebenen wesentlichen Elemente eingesetzt werden.

*Die Kerngruppe ist keine emotionale Selbsthilfegruppe. Ihre Funktion besteht in der Verbindung, nicht in der Korrektur, in der*

*Erfahrung und nicht in der Beobachtung, in der Emergenz und nicht in der Dringlichkeit.*

Die Teilnehmer müssen ein Mindestmaß an psychospiritueller Reife erlangt haben, um den Wunsch zu verspüren, über ihre persönliche Geschichte hinauszugehen, ihre einmalige Genialität mit anderen zu teilen und zum Entstehen einer neuen Gesellschaft beizutragen.

---

# Handbuch-Übersicht

---

**TEIL 1** des Buchs bietet einen Überblick über die wesentlichen Elemente der Co-Creation und einen Rahmen für den Prozess.

**TEIL 2** beinhaltet Instruktionen und Materialien, um dich bei der Bildung und Aufrechterhaltung deiner Kerngruppe zu leiten.

**TEIL 3** bildet den Mittelpunkt dieses Buchs. Er besteht aus einer Reihe von Übungen, die deine Gruppe durchführen kann, um sich zu stärken. Um den größten Nutzen aus den gewonnenen Erfahrungen zu ziehen, empfehlen wir allen Mitgliedern deiner Gruppe wärmstens, ein *Handbuch* zu kaufen und die TEILE 1 und 2 zu lesen, bevor sie zu TEIL 3 übergehen.

**TEIL 4** enthält ein Glossar, die Biografien der beiden Autorinnen, und Informationen, wie ihr mit einer Reihe innovativer Organisationen und der wachsenden Gemeinschaft von Co-Creatoren weltweit in Verbindung bleiben könnt.

Viele der Meditationen, die im *Handbuch* aufgeführt sind, wurden aufgezeichnet und du findest sie in englischer Sprache unter

**[www.cocreatorshandbook.com](http://www.cocreatorshandbook.com)**.

Wir laden dich ein, diese Website zu besuchen, um dort deine Erkenntnisse, Kommentare und Einsichten mit uns zu teilen, die du beim Durchlaufen des Core Group Process™ mit deiner Gruppe gewinnst. So können wir voneinander lernen.

Wir, die Autorinnen, haben uns der fortlaufenden Entwicklung und der Weitergabe der besten co-kreativen Praktiken verschrieben. Deswegen werden wir gelegentlich Ergänzungen zum *Handbuch*

herausgeben, die diese Fortschritte widerspiegeln. Die Abonnenten der Mailingliste der *Global Family* werden informiert, wenn es neue herunterladbare Dateien gibt. *Wenn du diese Benachrichtigungen erhalten möchtest, dann trage dich auf der Mailingliste unter **www.globalfamily.org** ein.*

Vermutlich wirst du viele Meetings benötigen, um das Material, das in jedem Kapitel dieses Buches angeboten wird, durchzuarbeiten. Lass dir für die Übungen Zeit. Versuche nicht, in Eile so viel wie möglich zu absolvieren. Koste das Gefühl aus, eine Gruppenresonanz aufzubauen, und das Privileg, voll und ganz in den Prozess der Selbstfindung und des Gruppen-Empowerments eingebunden zu sein.

Die meisten Übungen sollen linear angegangen werden. Du kannst am Anfang eines jeden Kapitels beginnen und jeden Prozess durchlaufen oder deine eigene Version der Übung co-kreieren. Kreis 5 über Zeremonien und Rituale bildet eine Ausnahme. Wir empfehlen dir, dieses Kapitel vor deinem zweiten oder dritten Meeting durchzugehen, um dich mit dem Inhalt vertraut zu machen. Du kannst diese Praktiken dann jedes Mal nutzen, wenn sich die Gelegenheit dazu bietet.

*Die wesentlichen Elemente dieses Prozesses sind die Liebe und das Bewusstsein, die jede Person in die Gruppe einbringt. Die Schaffung und Aufrechterhaltung von Resonanz ermöglicht es, dass jedes Element spontan in perfektem Timing auftaucht.*

Wenn deine Gruppe bereits als co-kreative Kerngruppe in den Prozess eintritt, befasst du dich vielleicht mit der Einleitung und durchläufst einige der Prozesse in den ersten Kapiteln und gehst dann zu Kreis 7 über.

*Um ein Gefühl der Sicherheit zu gewährleisten, die intensive Kommunikation zu fördern und das Vertrauen aufrecht zu erhalten, muss der persönliche Austausch von allen Mitgliedern deines Kreises vertraulich behandelt werden.*

# TEIL 1

---

Eine Einladung  
zur  
Co-Creation

# Eine Einladung zur Co-Creation

---

Sehnst du dich danach, die Bestimmung deiner Seele zu erfüllen?  
Fühlst du dich aufgerufen, deine Gaben in Resonanz mit anderen zu teilen?

Fühlst du dich inspiriert, deinen Teil zur Entstehung einer neuen, liebenswerteren Welt beizutragen?

Wenn dies zutrifft, wirst du von innen heraus durch eine Energie emporgehoben, die so kraftvoll wie der Drang zur Selbsterhaltung ist. Es ist die Sehnsucht nach Selbstverwirklichung. Das Entdecken unseres authentischen SELBST, das sich mit anderen verbindet, die unsere Vision und »Leidenschaft für das Mögliche« teilen, führt zu einer positiven Veränderung in der Welt.

*Wir nennen es das Bedürfnis nach Co-Creation.* Es ist das Aufblühen der menschlichen Kreativität, einer evolutionären Kraft, welche die Welt verändern kann. Während wir gemeinsam dieses Neuland betreten, finden wir auch gemeinsam unseren Weg. Es gibt keine Orientierungshilfen und nur wenige Mentoren; die einzigen wahren Führer ruhen in uns selbst. Wir entdecken den Prozess gemeinsam, folgen unserer Intuition und lernen dabei.

Wir stehen an der Schwelle zu einer globalen Renaissance, von der die Visionäre unter den Menschen nur vage geträumt haben. Jeder von uns besitzt das Potenzial, als authentisches SELBST zu erwachen, die Bestimmung seiner Seele zu entdecken und sich mit anderen zu verbinden, um eine neue Welt hervorzubringen, eine co-kreative Kultur!



# Die Entwicklung des Core Group Process™

---

Die Prinzipien und Übungen, die in diesem Buch vorgestellt werden, wurden im Laufe der Zeit einigen Gruppen auf der ganzen Welt präsentiert. Naturvölker praktizieren viele dieser Elemente seit Jahrhunderten. Doch bevor Global Family das ursprünglichen Handbuch *Rings of Empowerment* veröffentlichte, das diesem *Handbuch* zugrunde liegt, hatte noch nie jemand das gesamte Modell beschrieben oder es als Gesamtsystem präsentiert, sodass andere es nachmachen konnten.

Die wesentlichen Elemente dieses Prozesses wurden 1984 von Barbara Marx Hubbard und Carolyn Anderson aufgezeigt, als sie anlässlich von Barbaras *Vice President Campaigne* für eine positive Zukunft durch die USA reisten. Die Menschen bildeten spontan kleine Gruppen, fühlten sich von der Aussicht auf eine bessere Welt und den Rollen angezogen, die sie bei der Schaffung einer neuen Gesellschaft spielen könnten. Sie entwickelten Resonanz und vereinten ihre Genialität, als sie sich für die Vision und die Mission der Kampagne engagierten. Durch die Ausarbeitung des Musters der *Positive Future Centers* wurde der Umriss dieses Modells für personelle und planetarische Transformation entdeckt und der Prozess offenbart.

Als Mitbegründer der Global Family entwickelten Barbara und Carolyn 1986 den Begriff »Core Group Process™« und führten schon bald Schulungen durch, um das Modell mit anderen zu teilen. Als Tim Clauss 1988 Mitglied der Global Family wurde,

arbeitete er mit Carolyn zusammen, um bei der Co-Creation vieler der in diesem Buch enthaltenen Übungen, Tipps und Ratschläge mitzuwirken.

In jenen Tagen war der Begriff »Co-Creation« nicht im Lexikon zu finden. Obwohl Mitglieder der *Findhorn Community* diese Bezeichnung benutzt hatten, um ihre Beziehung zur Natur zu beschreiben, war den meisten Menschen das Grundkonzept unbekannt. Barbara Hubbard und Global Family trugen wesentlich dazu bei, den Begriff mittels ihrer Veröffentlichungen, Schulungen und Versammlungen in den 1980er- und 1990er-Jahren bekannt zu machen. Heutzutage hat der Begriff »Co-Creation« Eingang in die Umgangssprache gefunden und wird häufig im Geschäftsleben als Synonym für Kooperation oder Kollaboration verwendet. Selten wird dieser Begriff außerhalb einer relativ kleinen Anzahl von Gruppen und Organisationen so benutzt, wie er in diesem *Handbuch* definiert wird: *»bewusste Einstimmung auf die Quelle, die Natur und die Essenz des SELBST und anderer; bewusstes Gestalten mit dem evolutionären Impuls.«*

1996 gründete eine Kerngruppe aus sechs Mitgliedern der Global Family – einschließlich Carolyn und Katharine Roske – die Hummingbird Community und brachte co-kreative Praktiken und die Weltanschauung bewusster Evolution in die Gemeinschaft mit ein. Die kontinuierliche Anwendung der Praktiken hat ein kohärentes Resonanzfeld erzeugt, das stark, stabil und entwicklungsfähig ist. Barbara Marx Hubbard meint: *»Hummingbird ist die erste Gemeinschaft, die sich der bewussten Evolution und der Co-Creation widmet. Sie stellt das Herz und die Seele der co-kreativen Bewegung dar.«*

Zu einem bestimmten Zeitpunkt wurden die Elemente des Core Group Process™ als »Empowerment-Ringe« bezeichnet. Später wurde das Modell in der Originalversion des *Handbuchs* in »Kreise der Co-Creation« umbenannt. Wir glauben, dass die Elemente

dieser Kreise die Grundlagen darstellen, die erforderlich sind, um die menschliche Kreativität freizusetzen und die hierarchische Gesellschaft in eine partnerschaftliche zu verwandeln.

Der Begriff »resonierende Kerngruppe« (Anm. d. Übers.: an manchen Stellen auch »resonante Kerngruppe« oder »Resonanzkerngruppe« genannt) bezieht sich auf eine kleine Gruppe von Menschen, die die Beziehung zueinander von einem Mittelpunkt oder Kern bedingungsloser Liebe und Authentizität aus pflegen. Egal, wie man sie nennt – jede kleine Gruppe, die einen sicheren Ort bietet, um mit anderen aus dem Gefühl/dem Herzen heraus eine Beziehung zu pflegen und die völlige Entfaltung intuitiven Wissens fördert, ist eine Art resonierende Kerngruppe. Im Resonanzfeld beginnen die Individuen, ihr Bewusstsein von einem »Ich« auf ein »Wir« zu verlagern und den Nutzen des Einstimmens auf die kollektive Intelligenz ihres Kreises zu erfahren.

»Co-creative Kerngruppen« stellen eine entwickelte Form von resonierenden Kerngruppen dar. Diese Gruppen haben sich mit einer gemeinsamen Absicht zusammengeschlossen. In ihnen können die Mitglieder ihre Begabungen verwirklichen und zu einer besseren Gesellschaft beitragen. *Anders als Gruppen, die sich auf persönliches und spirituelles Wachstum konzentrieren, aber nicht bereit sind, sich in der Welt sozial zu engagieren, und anders als soziale Aktionsgruppen, die sich nicht die Zeit nehmen, Harmonie und Resonanz untereinander zu kultivieren, bringen die co-kreativen Kerngruppen Liebe und Handeln hervor.* Co-Creatoren sehen in ihrer Arbeit und in ihren Beziehungen zueinander eine Möglichkeit, die Welt, die sie sich vorstellen, zu entwerfen. Co-kreative Kerngruppen stellen einen evolutionären Sprung bei der Sozialorganisation und eine neue Struktur für das Empowerment von Individuen und Gruppen dar. In ihrer höchsten Vollendung zeigen sie auf, dass ihr Projekt oder ihre Aktivität ein entscheidender Teil im gesamten Modell darstellt.

Wenn wir unsere Organisationen und Gemeinschaften um diese synergistischen sozialen Einheiten bereichern, können wir erfüllte, authentische Menschen werden, die ungeheuer wertvolle Beiträge für die Gesellschaft leisten. Als Mitglieder co-kreativer Gruppen können wir die alten Gewohnheiten von Angst, Dominanz/Unterwerfung, ungesundem Wettbewerb und Trennung ablegen. Stattdessen können wir Liebe, Harmonie, Kooperation und Harmonie erfahren, die in hohem Maße unsere Effizienz bei der Schaffung positiver sozialer und gesellschaftlicher Veränderungen verstärken werden.

---

# Ein Überblick über die Kreise der Co-Creation

---

Die Elemente der Co-Creation bieten eine Reihe von Praktiken, die dir dabei helfen, dich als dein authentisches oder essenzielles SELBST zu stabilisieren, den Sinn deines Lebens zu entdecken und dich mit anderen zu verbinden, um eine neue Welt zu erschaffen. Das Folgende ist ein Überblick über den Core Group Process™.

Wie in Teil 3 beschrieben, stellt jeder Kreis ein Element dieses Prozesses dar und bietet Inspiration, Information und erfahrungsbezogene Übungen, die der Entwicklung und dem Empowerment von dir und deinen Partnern dienen. Wenn alle Elemente bewusst geübt werden, erfolgt eine wirkliche Transformation und eine Intensivierung des Bewusstseins, der Kreativität und der Erfüllung. Wenn wir als Co-Creatoren erwachen, führen wir die Veränderung herbei, die wir uns für die Welt wünschen – wir erschaffen eine Kultur, die unsere Wertvorstellungen, unsere Vision und unser Bewusstsein authentischer widerspiegelt.

Die Grafik auf der nächsten Seite ist eine zweidimensionale Abbildung eines Prozesses, der evolutionär, dynamisch und transformativ ist. Im Mittelpunkt stehen die Liebe, der GEIST und das SELBST. Jeder der anderen »Kreise« umgibt die Mitte, wird vom Zentrum informiert und arbeitet synergistisch mit all den anderen Kreisen auf nicht-lineare Weise. ( ... )

# Die Autorinnen

---

## CAROLYN P. ANDERSON

Carolyn – Pädagogin, Autorin, Sprecherin, Unternehmerin und Sozialpionierin – engagiert sich für das Erwachen der Menschheit zu ihrem vollen Potenzial. Ihre Leidenschaft ist das Leben und Teilen der Prinzipien der Co-Creation und die Erforschung der Tiefen der verkörperten Spiritualität.

Im Rahmen ihrer Arbeit mit Global Family – als Mitgründerin und Co-Leiterin seit 1986 – hat

sie Aktivitäten für zahlreiche globale Ereignisse koordiniert, wirkte bei der Einführung von Schulungen zur Sozialen Kooperation mit und unterstützte zahlreiche internationale Konferenzen für Erwachsene und Jugendliche.

[www.globalfamily.org](http://www.globalfamily.org)

Während des Kalten Kriegs brachte sie Gruppen von Bürgerdiplomaten in die ehemalige Sowjetunion und nach Osteuropa, um gemeinsame Projekte zu kreieren und co-kreative Praktiken zu erlernen. Nach dem Zusammenbruch des Kommunismus, initiierte sie ein »Ernähre eine Familie«-Programm, um Tausende von Schulkindern und Rentnern in Moskau und St. Peterburg mit Nahrung zu versorgen.



Sie hat weltweit Hunderte von unterstützenden Kerngruppen ins Leben gerufen, um die Herzen der Menschen miteinander zu verbinden und ihre Kreativität zu aktivieren. 1996 gründete sie zusammen mit anderen die Hummingbird Community im Norden New Mexikos als »lebendes Labor für die Evolution von Bewusstsein und Co-Creation«.

Zusammen mit Katharine Roske schrieb sie *The Co-Creator's Handbook 2.0* und mit Rev. Jerry Farrell *Keeping the Promise, A Guide to Your Full Potential Self*. Außerdem wirkte sie als Autorin mit an *The Change 4: Insights into Self Empowerment*. Mit Barbara Marx Hubbard co-kreierte sie die *52 Codes for Conscious Self Evolution* und das Büchlein *Birthing a Universal Humanity* und gab auch beides heraus.

Carolyn ist Partnerin bei Living Co-Creation, einem sozialen unternehmerischen Wagnis, das Training, Coaching und Beratung bei den Praktiken der Co-Creation anbietet. Sie lebt mit ihrem Mann Sanford in den nördlichen Ausläufern Kaliforniens.

[www.livingcocreation.com](http://www.livingcocreation.com)

---

## KATHARINE ROSKE

Katherine – Sozialpionierin, Pädagogin, öffentliche Rednerin, Zeremonialistin und Großmutter – engagiert sich für die Realisierung einer co-kreativen planetarischen Kultur, die eine lebende Verkörperung unserer spirituellen Essenz ist. Als Hebamme des neuen Traums führt Katherine ihr Leben im Dienste der Evolution und unterstützt in vielen Bereichen der Gesellschaft die Transforma-



tion. Sie ist Mitgründerin und aktive Betreuerin der Hummingbird Community, einem Transformationscenter, das sich co-kreativen Praktiken, der ökologischen Nachhaltigkeit und der bewussten Evolution verschrieben hat.

[www.hummingbirdtlc.org](http://www.hummingbirdtlc.org)

Katharines berufliche Tätigkeit umfasst die Entwicklung und Förderung von Programmen, die auf persönliches Wachstum, den Aufbau co-kreativer Gemeinschaften, die bewusste Evolution, ermächtigte Jugend-Führerschaft und weibliche Spiritualität fokussiert sind. Als Mutter und Großmutter einer Großfamilie unterstützt sie mit großer Leidenschaft junge Führungspersönlichkeiten dabei, ihren Lebenssinn zum Ausdruck zu bringen.

Sie ist Mitbegründerin der Jugendgruppe Earth Guardians ([www.earthguardians.org](http://www.earthguardians.org)), fungierte als Co-Leiterin der Children's Torch of Hope Tour quer durch Amerika, war Mitbegründerin einer Reihe von alternativen Schulen und wirkte bei der Herausgabe von Empowerment-Programmen rund um den Globus mit. Als ordinierte Priesterin bringt sie ihre Liebe für heilige Zeremonien zum



Ausdruck, indem sie Trauungen vollzieht, Gedenkgottesdienste abhält, Taufzeremonien, Landsegnungen und Jahreszeitenzeremonien zelebriert. 1999 war sie Mitbegründerin des *Path of Ceremonial Arts for Women*, einer Forschungsstätte, in der das weiblich Göttliche erforscht wird.

Katharine ist Partnerin von Living Co-Creation, einem sozialen unternehmerischen Wagnis, das, basierend auf den Prinzipien und Praktiken der Co-Creation, Training, Coaching und Versammlungen anbietet. Sie lebt mit ihrem Mann Makasha in der Hummingbird Community im Norden von New Mexico.

[www.livingcocreation.com](http://www.livingcocreation.com)

---



Besuchen Sie unsere Homepage,  
dort finden Sie weitere Bücher, Hörbücher und CDs.  
Wir freuen uns auf Sie!

[www.sheema-verlag.de](http://www.sheema-verlag.de)

## KONTAKT

**Sheema Medien Verlag**

Bücher. Aus Liebe.

Hirnsbergerstr. 52  
D - 83093 Antwort

Tel.: 0049 - (0)8053 - 7992952

Fax: 0049 - (0)8053 - 7992953

E-Mail: [info@sheema.de](mailto:info@sheema.de)

<http://www.sheema-verlag.de>



**SHEEMA**

MÖGEN ALLE WESEN GLÜCKLICH SEIN