

# Sigma-Männer, die Pioniere der neuen Zeit

Dr. Oliver Marc Wittwer / 03.08.2024 / [www.provisions.ch](http://www.provisions.ch)



Der folgende Text beschreibt die Eigenschaften und Verhaltensweisen des sogenannten Sigma-Mannes und meine persönliche Interpretation und erweiterte Sichtweise auf diesen Persönlichkeitstypus. Dabei ist es nicht meine Absicht, auf andere Persönlichkeitstypen herabzublicken oder sie abzuwerten. Vielmehr möchte ich denjenigen, die sich eventuell noch nicht in diesem Stadium der Persönlichkeitsentwicklung befinden, eine Inspiration und Motivation bieten, sich selbst zu reflektieren und die eigenen Potenziale freizulegen. Denn ich betrachte die unterschiedlichen Persönlichkeitstypen nicht als statisch, sondern als einen Entwicklungszustand auf dem Weg der persönlichen Reifung und Bewusstwerdung.

Der Alpha- und Beta-Mann sind Begriffe aus populärpsychologischen Modellen zur Kategorisierung männlicher Persönlichkeitstypen. Weniger bekannt ist der Sigma-Mann, der als äusserst selten gilt. Sein Charakter und Verhalten sind oft sehr untypisch und weichen von gesellschaftlichen Normen ab, was zu Missverständnissen führen kann. Hier sind die wichtigsten Charakter-Merkmale und typischen Verhaltensweisen, die den Sigma-Männern zugeschrieben werden:

## Unabhängigkeit und Selbstständigkeit

- Sie legen grossen Wert auf Freiheit und gehen lieber ihre eigenen Wege, ohne sich stark auf andere zu verlassen oder von Gruppen abhängig zu sein.

## Introversion und selektive Sozialität

- Sigma-Männer verhalten sich oft zurückhaltender, agieren im Hintergrund und suchen nicht aktiv nach Aufmerksamkeit.

## Authentizität und Ehrlichkeit

- Sigma-Männer sind in der Regel sehr authentisch und geradlinig. Sie legen Wert darauf, sich nicht zu verstellen und bleiben sich selbst treu, unabhängig davon, was andere denken könnten.
- Sie vermeiden Manipulation und spielen keine Machtspiele, sondern sind direkt und ehrlich in ihren Interaktionen.

#### Anpassungsfähigkeit

- Sigma-Männer sind flexibel und können sich an unterschiedliche Umgebungen anpassen, ohne ihre Kernwerte aufzugeben.
- Sie sind in der Lage, sowohl in sozialen als auch in isolierten Umgebungen gut zurechtzukommen.

#### Innere Motivation und Selbstverwirklichung

- Im Gegensatz zu Alpha-Männern, die oft durch externe Anerkennung und Status motiviert sind, finden Sigma-Männer ihre Motivation hauptsächlich in sich selbst. Sie sind intrinsisch motiviert und arbeiten oft an persönlichen Zielen und Projekten.
- Diese innere Motivation kann sie in vielen Lebensbereichen erfolgreich machen, ohne dass sie dafür die Bestätigung anderer benötigen.

#### Distanz zu Hierarchien

- Sigma-Männer identifizieren sich nicht mit traditionellen sozialen Hierarchien und Strukturen. Sie lehnen es oft ab, sich in diese Hierarchien einzuordnen oder sie zu unterstützen.
- Sie bevorzugen es, unabhängig von der Position oder dem Status anderer zu agieren, und messen diesen Faktoren in der Regel weniger Bedeutung bei.

#### Stilles Selbstbewusstsein

- Sigma-Männer haben oft ein starkes Selbstbewusstsein, ohne jedoch arrogant zu wirken. Sie wissen um ihre Fähigkeiten und Stärken, fühlen jedoch nicht den Drang, diese ständig zur Schau zu stellen.
- Ihr Selbstbewusstsein ist eher ruhig und zurückhaltend, was sie oft mysteriös und unvorhersehbar macht.

#### Unabhängiges Denken

- Sigma-Männer denken oft unabhängig und haben wenig Interesse daran, den Mainstream-Meinungen oder -Trends zu folgen.
- Sie hinterfragen häufig bestehende Normen und Regeln und bilden sich ihre eigenen Meinungen, basierend auf ihren persönlichen Überzeugungen und Erfahrungen.

#### Minimalistische Ausrichtung

- Viele Sigma-Männer neigen dazu, minimalistisch zu leben und sich auf das Wesentliche zu konzentrieren.
- Sie schätzen Einfachheit und versuchen oft, unnötigen materiellen oder sozialen Ballast zu vermeiden.

#### Zurückhaltung in Beziehungen

- Sigma-Männer meiden oft oberflächliche Beziehungen, Kontakte und Gruppen.
- Verbindungen wählen sie in der Regel bewusst aus und gehen dabei in die Tiefe.

Mir ist es wichtig zu betonen, dass ich mit den weiteren Ausführungen dieses Textes eine Inspiration und Ermutigung aussprechen möchte - sowohl für Männer als auch Frauen -, den Weg der Selbsterkenntnis, Authentizität und Selbstverwirklichung mutig zu beschreiten. Als jemand, der sich selbst auf diesem Pfad der Bewusstwerdung befindet, ist es mein aufrichtiger Wunsch, anderen Menschen Wegweiser und Impulse für ihre eigene Reise mitzugeben.

Denn durch meine bewusste Auseinandersetzung mit den menschlichen Verhaltensweisen und den dahinterliegenden Mechanismen bin ich zur Ansicht gelangt, dass es sich auch beim Sigma-Mann nicht einfach um einen weiteren Persönlichkeitstyp handelt. Ich glaube, dass sich hinter diesem Persönlichkeitstyp mehr verbirgt als ein Set von Charaktereigenschaften. Diese Vermutung möchte ich hier näher ausführen:

Meiner Ansicht nach verkörpern Sigma-Männer mehrheitlich gereifte Persönlichkeiten. Spirituell betrachtet handelt es sich bei ihnen vermutlich zumeist um alte und weise Seelen. Sie sind also durch viele Leben und zahlreiche Erfahrungen so weit gereift, dass sie sich nicht mehr an gesellschaftliche Normen und vorgefertigte Gedankenkonstrukte zu halten brauchen. Denn ihr Bedürfnis nach Stabilität und Sicherheit wird dadurch nicht mehr erfüllt. Sie haben genug Selbstbewusstsein erlangt und erkannt, dass sie sich von der Gesellschaft nicht mehr den Weg, einen Lebensplan oder Ziele vorgeben lassen wollen, weil sie dadurch nicht wahrhaft erfüllt und glücklich werden können. Mit Selbstbewusstsein meine ich nicht Selbstsicherheit, sondern Selbst-Bewusstsein, also den Zustand, die Fähigkeit und das Streben danach, sich seiner Stärken und Schwächen bewusst zu sein und werden zu wollen.

In meinen Augen sind sie Pioniere des eigenständigen Denkens und des Bewusstseins:

- Sie werden durch ihren inneren Antrieb ihrer reifen Seele geleitet,
- besitzen eine starke Intuition und ein empathisches Wesen,
- glauben und vertrauen auf einen höheren Sinn, der alles zusammenhält, und
- streben nach echter Selbstverwirklichung.
- Oberflächliche Ziele, kurzfristige Befriedigungen oder Anerkennung besitzen für sie kaum mehr einen Wert.

In diesem Sinne wirken sie wie Wegbereiter für die Entwicklung der Menschheit. Dabei sind sie oft mehrheitlich stille Vorbilder, können jedoch Menschen tief durch ihr authentisches Auftreten berühren. Der Nachteil, den ihre Natur mit sich bringt, ist, dass sie andere Menschen auch oft an ihre Schattenseiten und Oberflächlichkeiten erinnern, weil sie für diese wie eine Art Spiegel wirken.

Betrachtet man die besonderen Merkmale von Sigma-Männern, so glaube ich, dass diese bei vielen bekannten und unbekanntem Pionieren der Vergangenheit zu finden sind. Denn viele dieser Eigenschaften sind notwendig, um überhaupt neue Gedanken in die Welt zu holen, sie in die Welt zu tragen, für sie einzustehen und dem Gegenwind der Gesellschaft standzuhalten.

Auch in meinem eigenen Werdegang und Charakter finde ich die meisten dieser Merkmale wieder. In letzter Zeit bin ich öfters auf YouTube-Videos gestossen, die die typischen Charakteristiken von Sigma-Männern beschreiben. Bei manchen war es tatsächlich so, als

würden sie exakt mich und meine Persönlichkeitsstruktur beschreiben.

Ich habe meine Aufgabe hier als Mensch gefunden und lebe sie schon seit vielen Jahren. Seit rund drei Jahren habe ich den Schritt in die Öffentlichkeit vollzogen und habe auf meinem Blog seitdem weit über 200 Texte mit zahlreichen Bewusstseinsimpulsen veröffentlicht und meine Präsenz in den sozialen Medien ausgebaut. Mittlerweile bin ich zudem freier Autor bei der Zeitschrift "Die Freien", habe E-Books und ein Hörbuch veröffentlicht, und diverse Interviews gegeben.

Die nächsten Schritte fühle ich bereits vor meinem inneren Auge und gehe sie spielerisch, aber zielorientiert Schritt für Schritt an. Dabei lasse ich mich von meiner ausgeprägten Intuition leiten und vertraue auf die höhere Führung aus den geistigen Ebenen.

Meine Mission besteht darin, denjenigen Menschen, die bereit sind, den Weg der Bewusstwerdung anzutreten, oder ihn bereits gehen, detailliert Wegweiser, Schlüssel, Erfahrungen und Erkenntnisse an die Hand zu geben, um sie zielsicher in ihrem Prozess zu unterstützen und den Weg sowie die damit verbundenen Gefahren aufzuzeigen. Dabei vermittele ich Bewusstseinsimpulse, die die Kraft in sich tragen, Menschen zu befähigen, um ihre eigenen Fesseln zu sprengen und sich aus ihnen zu befreien. Ich bin kein Lehrer im klassischen oder alten Sinne. Denn mir geht es hauptsächlich darum, die Menschen zu ermutigen und zu befähigen, ihre eigenen Erkenntnisse zu sammeln und selbstständig die Schritte ihrer Ent-Wicklung zu gehen.

Durch meine äusserst präzise Beobachtungsgabe, meinen offenen Geist und der Fähigkeit, alle Dinge vorurteilsfrei zu betrachten und sie verständlich und kreativ in Worten, Gestik und Mimik zu kleiden, gelingt es mir, den vor mir liegenden Weg, sowie die Schritte, die mich bis hierhergeführt haben, für die Menschen verständlich und authentisch zu vermitteln.

Mein bisheriger Lebensweg war geprägt von grossen Herausforderungen und schweren Kämpfen, durch die ich gehen musste, um mich von den eigenen mentalen Fesseln, Traumas und Ängsten zu befreien. Dabei habe ich auf meinem Weg immer alle wesentlichen Schritte und Wege gemerkt und verinnerlicht, die mich aus meinen Verstrickungen und Begrenzungen geführt haben und durch die ich mich ent-wickelt habe.

Betrachte ich die Eigenschaften der Sigma-Männer, wie ich sie eingangs beschrieben habe, so fühle ich mich ihnen in vielerlei Hinsicht stark verbunden. Aus dieser tiefen Verbundenheit heraus erkenne ich meine Berufung, Menschen - auch Frauen und Nicht-Sigma-Männer - dazu zu inspirieren, ihren eigenen Weg der Unabhängigkeit, Authentizität und Selbstverwirklichung zu gehen. Mit Freude möchte ich ihnen dabei die Hand reichen, sie auf ihrer Reise unterstützen und sie inspirieren, mutig und bestimmt ihrer inneren Stimme vermehrt Gehör zu schenken.

Ich strebe es an, zukünftig meinem Wirken durch vielfältige Kanäle und Formate noch mehr Ausdruck zu verleihen. Möglicherweise werde ich vermehrt auf Bühnen stehen und meine Präsenz in den sozialen Medien ausbauen, um den Menschen mit Leichtigkeit und Humor den Spiegel ihres unbewussten Verhaltens vorzuhalten. Inspirierend und humorvoll möchte ich sie dazu ermutigen, den Weg der Bewusstwerdung und Befreiung beschwingt und voller Freude zu gehen. Auch für die Wissenschaft trage ich die Vision in mir, neue Gedanken eines erweiterten Wissenschaftsverständnisses zu säen. Durch Kurse, Bücher und weitere Formate möchte ich jenen Menschen, die tiefer in die Materie einsteigen möchten, mein Wissen noch intensiver und persönlicher vermitteln und dadurch mein volles Potenzial auszuschöpfen.

Abschliessend möchte ich anmerken, dass sich dieser Text selbstverständlich nicht nur

auf Männer bezieht, sondern auch Frauen mit einschliesst. Ob man die Pionierinnen den Sigma-Frauen zuordnen kann, weiss ich nicht. Es gibt selbstverständlich genau so Frauen, die als Pionierinnen unterwegs sind und die Bewusstwerdung der Menschheit unterstützen oder das Potenzial dafür in sich tragen.