

Selbstbaukasten

Dieser 3. Teil ist die Fortsetzung der Entwicklung zu einer selbstbestimmenden, zufriedenen Persönlichkeit auf dem höchsten Level der Existenz. In den anderen beiden Teilen haben wir über den zwischenmenschlichen Bereich und über die Energie der Emotionen gesprochen. Hier geht es um die Psyche und Energie der höchsten Stufe. Energien, die so gewaltig sind, das sie ganze Universen erschaffen können (Aussage namhafter Physiker). Hier stelle Ich den Zusammenhang zwischen Körper und Geist her, beweise ihn und zeige die Mittel zur Steuerung dieser Prozesse.

Jeder erklärt sich die Welt auf seine eigene Weise, keine Weltanschauung stimmt mit der eines anderen Menschen überein. Gut so! Es gibt keine „Richtige“ und keine „Falsche“ WA. Nur die „Eigene“, und das ist dann auch die Richtige! Es gibt nicht eine einzige Sicht auf die Welt, die keine sachlichen Fehler enthält! Das ist wichtig klarzustellen! Der Wahrheitsbegriff ist an dieser Stelle völlig fehl am Platze. Das gilt sowohl aus philosophischer Sicht, als auch aus der sachlichen Sicht. Mit Sicherheit sind auch in meiner Weltanschauung sachliche Fehler enthalten. Für MICH ist sie aber richtig, weil sie mir die Welt so erklärt, dass ich sie verstehe, und für MICH nutzen kann (Das Ergebnis ist bereits ein Beweis). Ich erhebe hier ausdrücklich nicht den Anspruch auf sachliche Richtigkeit. Das geht auch überhaupt nicht. Sachen, wie zum Beispiel die String Theorie, sind an sich schon unbewiesen, Theorien eben. Keine Angst! Ich erkläre alles so, das es auch jemand versteht, der mit Physik und Theologie oder Spiritualität bisher nicht viel am Hut hatte. Aber sei Dir klar, das sich das nun ändert. Wer am Ende dieses Buches nicht darauf brennt noch mehr über diese unglaubliche Konstruktion, die wir Mensch nennen, zu erfahren, der sollte noch

einmal ganz langsam von vorn anfangen zu lesen. Viele Zusammenhänge offenbaren sich nicht beim ersten Lesen.

Lange habe ich versucht in den Bereich der Weltanschauungen eine Struktur zu bringen. Ein großer Teil der Menschen, mit denen ich gesprochen habe, konnte sich in diesen Einteilungen wiederfinden. Die Unterteilung in die spirituelle Sicht und die materielle Sicht ist keine von mir getroffene. Meist stehen sich diese beiden Gebiete gegenüber. Beide Sichtweisen versuchen, mit der ihnen eigenen Art die Welt zu erklären. Beide beanspruchen für sich die Richtigkeit und Einzigartigkeit Ihrer Aussagen. Dabei bemerken beide selten, das sie mit verschiedenen Worten von den selben Dingen sprechen. Beide schauen verächtlich aufeinander herab, jedoch befinden sich beide in einer Sackgasse, aus der sie seit langer Zeit nicht heraus kommen. Selbst Albert Einstein hat als gestandener Physiker bemerkt, dass die westliche Wissenschaft eine Transfusion aus östlicher Weltanschauung nötig hat um voranzukommen. Um genau diesen Ansatz hat sich, meines Wissens nach, niemand so gekümmert, dass es zu verwertbaren Ergebnissen kam. Ich greife diesen Ansatz in diesem Teil meiner Trilogie auf.

Wer nicht bereit ist, Beweise für eine Welt ausserhalb des Sicht- und Greifbaren zu entdecken, der sollte dieses Buch nicht lesen!

Eine weitere Sache muss ich im Vorfeld dringend loswerden. Je nach dem, mit welcher Einstellung Du an das Lesen dieses Buches herangehst, ändert sich das Ergebnis! Man kann durchaus versuchen

das Gelesene positiv aufzunehmen und den Autor richtig zu verstehen!

- Wer offen ist, neue Argumente für sich zu überprüfen und zu durchdenken, der wird einen großen Nutzen aus diesem Werk ziehen.
- Wer grundhaft skeptisch ist und eine Argumentation zuerst darauf überprüft, was daran nicht stimmen könnte, der hat zumindest eine Chance einen Nutzen aus diesem Buch zu ziehen. Es kann gut sein, das es beim 2. und 3. Lesen zu einem großen Aha-Effekt kommt.
- Dann gibt es noch Leute, die alles anders verstehen, als es gemeint und geschrieben ist. Geht beim Lesen einfach davon aus, dass ich euch nichts Schlechtes will. Hinter allem, von mir Geschriebenen, steckt immer ein guter Wille und ein positiver Ansatz.
- Wer die Aussagen anders denkender ausschließlich auf mögliche Fehler untersucht, um dann die Dummheit des anderen unter Beweis zu stellen, der lege dieses Buch bitte wieder zurück ins Regal. Ich kann Dir bei Deinen Minderwertigkeitskomplexen leider nicht helfen.

Harte Worte? Die Wahrheit ist selten bequem. Darauf solltest wir uns schon mal einstellen.

Wir teilen dieses Buch in 4 grundlegende Kapitel.

Das erste Kapitel befasst sich mit einer Analyse der Probleme, die Menschen dazu geführt haben dieses Buch zu kaufen oder sich mit der Problematik zu befassen. Gleichzeitig zeige ich hier bereits einige Ansätze zu den Lösungen auf.

Das zweite Kapitel beschäftigt sich mit der materiellen Weltanschauung. Hier behandle ich in Kurzform die wichtigsten

wissenschaftlichen Erkenntnisse der letzten 100 Jahre. Irgendwie wurden die vergessen zu verbreiten oder es wollte keiner wissen. Das will ich mal nicht beurteilen.

Das dritte Kapitel beschäftigt sich mit der fernöstlichen Sicht auf die Dinge. Dabei konzentriere ich mich auf die, für das Thema, wichtigsten Zusammenhänge.

Das vierte Kapitel fügt beide zu einer komplexen, logischen und NUTZBAREN Weltanschauung zusammen. Hier finden sich alle Begründungen, Beweise und Schlußfolgerungen. Dabei entsteht als logische Folge ein Weg, bei dem Du erfährst, wie Du Dein Leben so gestalten kannst, dass alles in Deinem Sinne abläuft.

Warum musst Du das alles wissen?

Erstmal müssen wir überhaupt nichts! Die Notwendigkeit ergibt sich aus der Neugierde zu erfahren, wie der Mensch funktioniert. Ich vergleiche das mal mit Auto fahren. Wir sind durchaus in der Lage ein Fahrzeug zu führen, ohne zu wissen wie es funktioniert. Das trifft für unseren Körper und Geist auch zu. Wir können durchaus überleben, ohne zu wissen was wir tun. Sehr oft begegnet mir das als Normalzustand. Die Entwicklung der letzten 2000 Jahre hat gezeigt, dass die Lebenserwartung sich in die gleiche Richtung wie der Stand des Wissens über den Menschen entwickelt. Wenn wir das Fahrzeug also optimaler nutzen wollen, dann müssen wir schon wissen wie der Kofferraum aufgeht. Jedem ist klar, dass die Karre irgendwann liegen bleibt, wenn wir keinen Ölwechsel machen oder uns um den Erhalt der Funktionen kümmern. Wenn wir das KFZ aber richtig gut nutzen wollen, dann kommen wir nicht umhin, uns sehr genau mit ihm zu befassen. Ein Rennfahrer zum Beispiel kann seine Maschine regelrecht fühlen. Er kennt sich extrem gut mit ihr aus, um sie genau auf sich abzustimmen.

Wir haben also die Wahl, weiter auf dem Sofa vor uns hin zu vegetieren, das unendliche Jammern über die Schwierigkeiten des Lebens fortzusetzen, jeglichen Informationsaustausch darauf zu beschränken, wie schlecht es uns geht und wie schwer wir es doch haben oder aber den Kopf aus der Menge der Gehirnbesitzer zu erheben und zum Benutzer dessen zu werden, indem wir uns Fragen:

Warum?

So simpel diese Frage erscheint - Sie ist der Schlüssel zum Erfolg. Voraussetzung dafür ist, dass man in der Lage ist, diese Frage reflektiert zu beantworten. Reflektiert heisst in diesem Zusammenhang, dass wir in der Lage sind zu merken, wie unsere Umwelt uns sieht.

Zurück zum Kern der Überschrift! Nagle mich bitte nicht an den folgenden Begriffen fest. Die Definitionen sind für jeden anders, aber grundhaft gilt, der Mensch hat einen Körper und einen Geist. Diese bilden eine Einheit und das sind wir. Wir haben also zwei stofflich völlig verschiedene Seiten, die dennoch zusammen gehören und welche gleichzeitig vorhanden sind. Das nennen wir von nun an mal Dualismus! Wenn wir eine Frage stellen würden, die unseren Geist betrifft, dann erhalten wir auch eine Antwort, die den Geist betrifft. Wir erfahren dabei aber nichts über den Körper. Wenn wir eine Frage stellen, die unseren Körper betrifft, dann gibt es auch eine diesen betreffende Antwort. Allerdings erfahren wir nichts über den Geist. Beide wirken dennoch als eine Einheit. Das kannst Du daran erkennen, dass beide ohne einander nicht sinnvoll auskommen können. Ich möchte den Begriff der Existenz hier nicht benutzen, da es einfach nicht richtig wäre. Ein Körper kann schon durch

Maschinen am Leben erhalten werden - jedoch ohne Ziel und Sinn. Der Geist könnte auch ohne den Körper präsent sein, jedoch könnte er keinerlei Erfahrungen machen, die wir mit unseren Sinnesorganen aufnehmen. Der Geist könnte weder sehen noch fühlen. Ein wirklicher Sinn ergibt sich erst in einem gemeinsamen Dasein. Das bedeutet aber im Umkehrschluss, dass sich beide intensiv beeinflussen. Sie sind ja direkt voneinander abhängig. Sie bilden eine sich beeinflussende Einheit. Demnach sind folgende Schlüsse logisch:

Nur in einem gesunden Körper, wohnt ein gesunder Geist!

Demnach kann ein kranker Geist nur gewisse Zeit in einem gesunden Körper wohnen, bis er diesen ansteckt. In gewisser Weise folgt der Körper den Signalen des Geistes.

Der Gesundheitszustand des Körpers ist die zeitversetzte Manifestation des Zustandes des Geistes.

Anders herum ist es aber ähnlich! Da sich beide beeinflussen, geht das in negativer, wie in positiver Richtung. Wenn Du einen gesunden Geist willst, brauchst Du selbstverständlich auch einen gesunden Körper!

Klingt banal - ist es auch. Nur die Umsetzung ist etwas schwer. Wenn man diese Grundgesetze konsequent anwendet, dann kann das nur zum Erfolg führen! Natürlich ist das alles leichter gesagt als getan. Diese Vorgänge sind auch sehr komplex und störanfällig. Je nachdem wie ernsthaft man diese Veränderung betreibt, kann das auch ein sehr langwieriger Prozess sein. Im Laufe meiner Erläuterungen werden die Verfahrensweisen deutlich.

Um die vorangegangenen Aussagen zu überprüfen, lass doch mal die Gedanken durch Deinen Bekanntenkreis schweifen und überprüfe, ob diese Aussage grundhaft stimmt. Die meisten, die gut drauf sind, denen geht es auch gut, und unsere Miesepeter haben immer nur Probleme. Unsere innere Haltung manifestiert sich in den Ereignissen in unserer Umgebung. Ich rufe die mich umgebenden Probleme direkt selbst hervor. Durch meine Art ziehe ich sie magisch an.

Darum haben die meisten Menschen auch immer die selben Schwierigkeiten. Ein gutes Beispiel hierzu sind Auswanderer, die in anderen Ländern versuchen Geld zu verdienen, weil sie im eigenen Land nichts geworden sind (und ja hier sowieso alle doof sind). Die meisten von Ihnen werden auch in anderen Ländern kaum mehr Erfolg als hierzulande haben, denn sie haben die Ursache für Ihre Erfolglosigkeit mitgenommen - sich selbst. Also nicht nur die Umgebung bestimmt Dich, sondern Du auch Deine Umgebung. Das gilt nicht nur für Sachen, die man kauft, sondern auch für Menschen, mit denen man sich umgibt.

Mir ist völlig klar, das das unglaublich klingt. Genau das will ich aber hier beweisen.

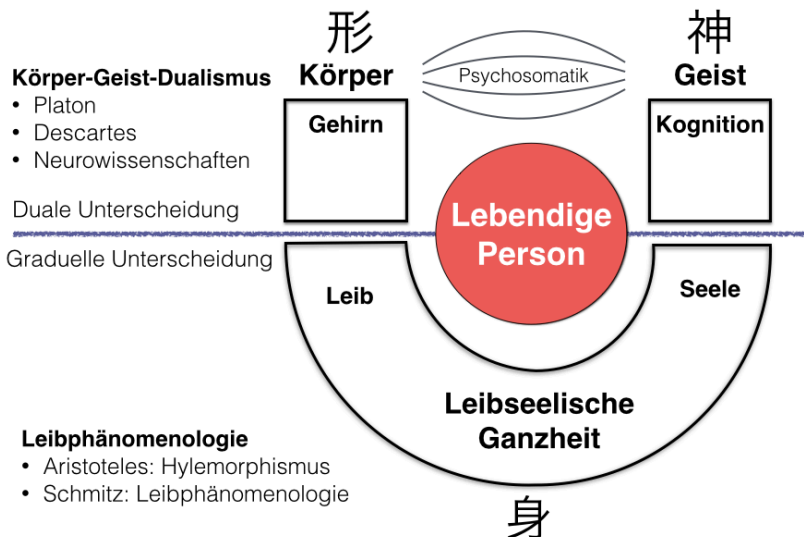
Du musst also wissen, wie Dein Körper funktioniert -> das steht in Band 1 und 2, und warum er funktioniert und wie Dein Geist funktioniert. -> das klären wir hier.

Wenn Du erfahren willst, was der Geist ist und wie er funktioniert, dann muss ich versuchen ihn greifbar zu machen (und sei es in Metaphern), ihn erklären. Das ist eine schwerwiegende Aufgabe. Das haben Religionen lange Zeit versucht und nicht hinreichend geschafft. Wissenschaftler haben seine Existenz bestritten, jahrelange Diskussionen wurden geführt. Die Kirche hat versucht den Geist und den Körper voneinander zu trennen. Der Theologe meint die Welt zu kennen und der Physiker meint sie zu kennen. Sie kennen aber beide nur eine Seite! Schau Dir doch mal die kranken Geister und die kranken Körper an! Hat eine dieser einseitigen Lösungen jemals dauerhaft funktioniert? Hat einer auch nur ansatzweise eine umfassende, logische und verständliche Erklärung für die Welt finden können, die der Mensch auch nutzen kann? Nicht einer hat den Dualismus als den Schlüssel betrachtet. Genau das möchte ich in diesem Buch tun.

Mit diesem Wissen könnten wir alle ein erfülltes Leben genießen. Das klingt alles sehr einfach bis hierher. Ich habe ja auch bisher noch einen wesentlichen Punkt weggelassen, da er für das Verstehen der übergeordneten Zusammenhänge noch nicht notwendig war. Alle bis hierher geschilderten Zusammenhänge sind uralte. Der materialistisch erzogene Mensch unterteilt in greifbar (Materie) und nicht greifbar (Geist).



Der nicht greifbare Bereich hat 2 unterschiedliche Bestandteile. Das ist der Geist, und die Seele. Somit ergibt sich ein vervollständigtes Bild:



Wenn man mal die Feinheiten weglässt, dann gibt es prinzipiell 2 unterschiedliche Sichtweisen auf die Welt. Die eine ist die westliche (materiell geprägte) Weltanschauung, und die andere die (spirituelle) fernöstliche. Beide haben Ihre Berechtigung, Ihre Wahrheiten und Ihre Probleme und Ihre Grenzen.

- Die westliche Weltanschauung erkundet, woraus die Welt besteht, in dem sie bis ins kleinste Teilchen auseinander genommen wird. Daraus werden Rückschlüsse gezogen, wie sie funktioniert. Man schaut also woraus der Tisch, das Holz, die Zelle, das Molekül, das Atom, das Elektron bestehen. Man landet bei den Bausteinen

der Materie. Diese Sichtweise hat das Problem, die Zusammenhänge ausserhalb des sicht-, greif- und fühlbaren Bereiches nicht erklären zu können.

- Die fernöstliche Weltanschauung hingegen beschreibt die großen Zusammenhänge, die hinter den Dingen stehen. Sie hat demnach eine starke geistliche (spirituelle) Prägung und erstellt Verhaltensrichtlinien für das Erreichen bestimmter Ziele. Sie hat das Problem keine klaren, beweisbaren Aussagen liefern zu können.

An diesen Definitionen wird schon deutlich, das beim Vermischen beider eine brauchbare Lösung herauskommen sollte. Wir müssen nur die Schnittstellen zwischen beiden finden.

Dazu muß Du Dich (für manch einen leider) zum einen mit der Physik und zum anderen mit der Theologie befassen. Das Befassen mit den physikalischen Grundlagen liefert die Schlüssel für die metaphysischen Erscheinungen.

1. Kapitel (Problemanalyse)

Während meiner Recherchen habe ich mich zwangsläufig mit vielen verschiedenen Menschen unterhalten. Einige davon haben mich immer wieder, Hilfe suchend, kontaktiert. Wenn ich über die Struktur der Schwierigkeiten und auch der Lösungen nachdenke, dann offenbart sich ein gewisses Muster. Die erste Gemeinsamkeit ist, dass die meisten Probleme haben. Keiner meldet sich bei mir, um mir zu sagen, dass alles prima läuft. Das heißt aber nicht, dass es diese Menschen nicht gibt. Man erfährt nur nichts von ihnen. Das hat die Recherchen für mich besonders schwer gemacht. Es macht aber die Struktur der Informationen deutlich, aus denen wir schließen, wie unsere Welt beschaffen ist. Viele sehen um sich herum lediglich die

Menschen, die am lautesten jammern und immer nur Schwierigkeiten haben. Dabei gehen die ganzen positiv gestimmten Leute unter. In uns entsteht dann der Eindruck, dass die Welt schlecht ist, es allen nur schlecht geht und sowieso früher alles besser war. Das ist der grobe Fehler! Die Wahrnehmung all der negativen Informationen verursacht dieses Bild. Es entspricht aber nicht der Beschaffenheit der Welt. Es ist nicht alles schlecht - wir sehen nur das Gute nicht. Es war früher nicht alles besser - nur anders. An dieser Stelle treffen wir auf einen der wichtigsten Punkte dieses Buches überhaupt. Wir unterliegen dem großen Irrtum, es gäbe eine Realität.

Die Realität gibt es nicht!

Die Welt, so wie wir sie sehen, ist ein Produkt unseres Geistes! Ganz nebenbei bedeutet das auch, dass jeder Geist seine eigene Realität schafft. Diese ist nicht nur vielleicht, sondern mit Sicherheit anders als jede Andere. Wir sind nicht der Beobachter der Realität, sondern ihr Erschaffer.

Problemstellung:

Warum regt Dich die Welt auf? Warum bist Du nicht konform mit Deiner Umwelt? Warum versteht Dich keiner? Warum stößt Du immer wieder auf Widerstände? Warum mag Dich keiner? Warum kommst Du beruflich nicht weiter? Warum stagniert Deine Beziehung und Deine Arbeit?

Wenn Du auf all diese Fragen eine Antwort suchst, dann bist Du hier genau richtig. Die Antwort lautet ganz simpel:

DU BIST DAS PROBLEM!

Das ist auch gut so, denn daran können wir arbeiten! Am Rest der Welt können wir das nicht. Anstatt sich zu ärgern, dass man selbst das Problem ist, machen wir einen ersten Schritt in die richtige Richtung: Freuen wir uns, dass wir das Problem so schnell gefunden haben!

Eines ist klar: Du kannst Deine Umwelt nicht direkt ändern - nur wie Du auf sie reagierst. Es ist Deine Entscheidung wie Dein Tag wird. Du kannst jemanden böse sein, der Dir sagt, dass Du fett geworden bist oder es als Anstoß nehmen, etwas zu tun. Es ist Deine Wahl! Hier könnten noch tausende Beispiele folgen, die alle das gleiche Ziel haben. Dir klar zu machen, dass Deine Einstellung entscheidet, wie Dein Tag wird.

5 Schritte auf dem Weg zu Dir selbst:

1. Erkenne das Problem!

Dein Blick ist auf deine Umgebung gerichtet. Du bist der Meinung, dass Du auf Deine Umwelt reagierst und Dich nur anpasst? Teilweise stimmt das sogar! Die Schwierigkeit besteht nur darin, wie Du Deine Umwelt siehst! Was Du meinst zu sehen, ist aber das Produkt Deines Geistes! Beispiel:

3 Freunde machen eine Reise und werden hinterher einzeln gefragt, wie es denn gewesen ist. Die Berufe der 3 Freunde sind Musiker, Maurer und Gärtner. Auf die Frage, wie die Reise war, wird der Musiker antworten, wie er die Musik im fernen Land empfand. Der Maurer spricht von der Bauweise der Gebäude und der Gärtner von

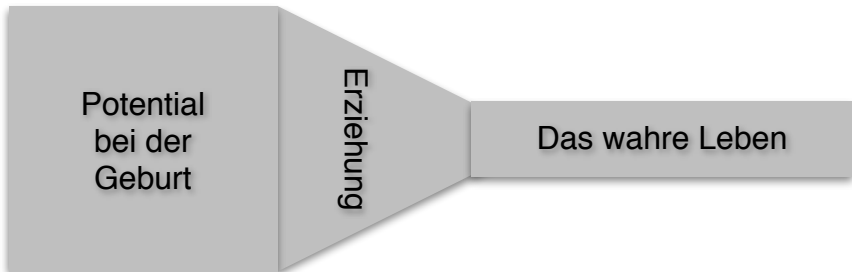
der Schönheit der Flora. Alle drei beschreiben verschiedene Erlebnisse, obwohl alle gleichzeitig und zusammen unterwegs waren. Das ist ein simpler Beweis, das wir nur das sehen, was wir auch sehen wollen. Unsere Prägung bestimmt das gewünschte Bild. Die Prägung erhalten wir durch alles, was uns bisher in unserem Leben passiert ist oder uns umgeben hat - egal ob lebende oder tote Materie. Sind wir im warmen Süden aufgewachsen, dann haben wir eine andere Definition von Wärme als ein Nordeuropäer. Waren wir immer von lauten Menschen umgeben, dann werden wir auch zu einem. Die Sprache, Anzugsordnung oder auch Wertevorstellung sind hier weitere super Beispiele. Der Punkt ist, dass Du nur siehst, was Du auf Grund Deiner Prägung wahrnimmst. Dazu kommt noch, dass Deine Erlebnisse auch Deine Ansichten erschaffen. Alles was Du glaubst, beruht auf dem, was Du erlebt hast. Du kopierst Dein Verhalten beim Autofahren von den Menschen, mit denen Du bisher mitgefahren bist!

Das alles bedeutet, das Du bisher gar nicht Du selbst gewesen bist! Deine Denkmuster wurden Dir von Deiner Umgebung mitgegeben. Eine extrem wichtige Erkenntnis ist also:

Du bist nicht der, der Du glaubst zu sein!

Bevor Du das nicht verstanden hast brauchst Du nicht weiterlesen! Fang noch einmal bei der Überschrift an, bis Du das verinnerlicht hast und auch wirklich glaubst! Das ERSTE, was Du tun mußt, ist zu erkennen, wer Du wirklich bist. Wie das geht verrate ich Dir jetzt. Fast jeder erfolgreiche Coach hat

dafür einen Namen und packt dieses Problem als eines der Wichtigsten an, weil es Dich einengt. In einem meiner anderen Bücher habe ich bereits folgende Grafik benutzt:



Warum musst Du überhaupt herausfinden, wer Du bist? Es ging doch bisher auch so ganz gut. Du hast dieses Buch gekauft, weil Dein Leben stagniert und Du nicht mehr weiter kommst! Es gibt Menschen, die gehen irgendwann am Tag auf Arbeit. Grundsätzlich ist das auch gut so, aber nicht sinnvoll! Ein Mensch, der eine Tätigkeit tut, um damit Geld zu verdienen - sei er auch noch so gut - wird niemals so gut sein, wie jemand, der das liebt, was er tut. Der Unterschied liegt darin, dass der Zweite mit dem Herzen dabei ist. Wenn man die Besten jeder Branche betrachtet, dann findet man an der Spitze immer die Menschen, die mit Begeisterung bei der Sache sind.

Sei begeistert und Du wirst begeistern!

Diese Menschen tun das, was sie tun, aus einem inneren Antrieb heraus, der durch nichts zu übertreffen ist. Sie reißen alle, in Ihrer Umgebung, mit Ihrer Begeisterung mit sich. Das kann jemand, der nur Geld verdienen möchte, NIEMALS erreichen. In einem anderen

Buch habe ich schon erklärt, dass der Mensch auf viel mehr Ebenen kommuniziert, als die, die ihm bewußt sind. Genau das ist der Schlüssel zum Erfolg! Wenn Du nicht an das glaubst, was Du tust, dann wirst Du nicht mehr erreichen als alle anderen auch!

Wenn Du mit dem, was Du liebst zu tun, Geld verdienen könntest, dann wäre das so, als ob Du nie wieder auf Arbeit gehst. Stell Dir vor, Du stehst morgens auf und tust einfach das, was Dir am meisten Spaß macht! Wäre das nicht prima? Genau das ist eines der Ziele! Dazu müssen wir aber herausfinden, was Dir wirklich liegt. Das herauszufinden, ist aber nicht so einfach. Dazu musst Du einen Prozess, der in Deiner Kindheit schief gegangen ist, wiederholen. Das gilt natürlich nur, wenn Du nicht schon Deine Berufung gefunden hast. Als Kind wäre das der Prozess des angstfreien Probierens gewesen. Heute ist das schwieriger, da man ja nebenbei noch einiges an Verpflichtungen hat. Heute ist keiner da, der die Miete bezahlt und den Kühlschrank füllt. Darum dauert das heute länger und ist deutlich schwerer umzusetzen. Das Motto lautet einfach nur:

Probiere Dich aus!

Such Dir Hobbys, beobachte Deine Umgebung und überlege, was Dir gefällt und probiere es aus! Vertraue darauf, dass Dich die Intuition dahin führt, wo Du hingehörst. Warum das funktionieren muß, erfährst Du in Punkt 5. Wichtig ist hier nur, das EINZIGE was Du tun mußt, Du selbst zu sein! Nur so findest Du Deine wahre Bestimmung! Warum ist das so? Weil Du genau das, was Du ausstrahlst, auch anziehst. Wenn Du Dich wie ein Penner anziehst, dann werden sich andere Penner in Deine Nähe begeben. Wenn Du

den ganzen Tag Witze erzählst, werden sich Leute um Dich gesellen, die darauf stehen. Wenn Du Freude ausstrahlst, dann werden sich fröhliche Menschen um Dich gesellen. Wenn Du Raucher bist, findest Du andere Raucher. Wenn Du vorgibst mit beiden Beinen und selbstbewußt im Leben zu stehen, dann wird Dich ein Partner finden, der genau das möchte. Scheiße nur, wenn Du ein Schauspieler bist, dann werden sich falsche Menschen in Deiner Umgebung wohlfühlen. Einer der zentralsten Ratschläge überhaupt ist also:

Sei einfach Du selbst!

Nur dann findet sich in Deiner Umgebung das, was Du wirklich möchtest. Wie viele Menschen spielen das ganze Leben lang eine Rolle, die nur zum Inhalt hat, so zu sein wie sie glauben sein zu müssen, um Ihrem Umfeld zu gefallen. Was für ein Irrsinn! Sie sind Ihr ganzes Leben in Ihrer Partnerschaft nicht glücklich, weil der Partner gar nicht zu Ihnen passt, sie sich aber scheuen, das zu ändern. Schließlich haben Sie immer den selben Typ Mensch als Partner und das schon viele Male, ein Leben lang. Das wird auch immer so weiter gehen, wenn Sie nicht aufhören, ein Schauspieler zu sein. Nur wenn Du Du selbst bist, dann ziehst Du auch das an, was Du wirklich brauchst und was Dich auf Dauer glücklich macht! Es ist also DIE Grundvoraussetzung, um endlich glücklich zu sein! Es ist ja nur bedingt Deine Schuld, das Du immer nur etwas vorspielst. Schließlich wurde Dir von Deiner ganzen Umgebung eingimpft, was die Gesellschaft sehen möchte. BULLSHIT!!! Diese Beeinflussung ist nicht mal Absicht und schon gar nicht echt! Zwei Arten der Beeinflussung musst Du kennen und selbst kontrollieren lernen:

1. Konventionen sind nicht festgeschriebene Regeln, die von einer Menschengruppe freiwillig eingehalten wird. An dieser Stelle gebe ich meine Hitliste der dämlichsten Konventionen bekannt:

1. Platz: Nachdem jemand gestolpert ist, „Vorsicht“ sagen.
2. Platz: Klatschen, wenn jemandem Gläser runterfallen.
3. Platz: Das Argument „Das machen wir schon immer so“.

Dazu gehören auch Sätze wie: „Das macht man nicht“, oder „Letztes Mal war das aber so“, „Du musst aber etwas essen“, „Das kannst Du nicht zusammen anziehen“. Ich glaube, dass Dir viele andere einfallen, die bestimmt auch regional verschieden sind.

2. Medien sind das schlimmste Übel dieser Welt! Diese hirnlosen, von endlosen gesellschaftlichen Konventionen behafteten, ungebildeten Schmierfinken haben keine Ahnung, was sie mit Ihrem Tun anrichten. Die Beiträge in den Medien gaukeln dem Konsumenten vor, dass so die Welt aussieht. Was für ein Schwachsinn! Wenn man alles, was in der Welt passiert, in gut und schlecht einteilt, dann bleiben lediglich 3% Schlechtes übrig und davon ist nur ein winziger Teil wirklich eine Katastrophe. Wir schauen lediglich nur auf das Schlechte, weil es uns vor die Nase gehalten wird. Hans Peter Dürr hat in einer Talkrunde mal gesagt. „Ein Baum der fällt macht mehr Krach, als ein Wald der wächst.“ Darin steckt so viel Inhalt, dass man den Satz eine Weile wirken lassen muß. Das Augenmerk liegt auf dem fallenden Baum, weil wir dessen Lärm wahrnehmen. Wir

nehmen dessen Lärm nur wahr, weil er als Einziges Erwähnung findet. Der ganze wachsende Wald fällt aus dem Fokus der Berichterstattung. Er ist aber da, auch wenn wir nichts von ihm hören! Theoretisch würde das auch genau anders herum gehen. Was kannst Du mit der Information anfangen, dass in Hannover eine Lagerhalle brennt? Sie ist nicht einmal wichtig, wenn es Deine Eigene ist - Du wirst es früh genug erfahren - machen kannst Du eh nichts Wirkungsvolles.

Lege **alle** Konventionen ab - sie helfen Dir nicht weiter!

Das soll ein kleiner Blick in die bisherige Arbeit sein. Ab und zu erweitere ich das hier.