

Der Palast der Möglichkeiten

Kapitel 6 – Was würdest du tun wollen, wenn dir der Erfolg sicher wäre?

Hallo an alle,

obwohl ich neulich Affirmationen so hervorgehoben habe, funktionieren diese normalerweise für sich genommen nicht wirklich gut. So wird zum Beispiel jemand, der gewohnheitsmäßig und gelangweilt die Affirmation "Ich bin glücklich, ich bin glücklich, ich bin glücklich" anwendet, sehr wahrscheinlich dadurch nicht geradewegs in die Hallen der Glückseligkeit katapultiert werden – auch dann nicht, wenn alle inneren Boykotteure entdeckt und deren Schriften vorschriftsmäßig von seiner Wand gelöscht worden sind. Warum ist das so? Weil Glückseligkeit in diesem Beispiel nicht wirklich ein motivierendes Ziel ist. Es ist eins von der Sorte „Wäre es nicht schön, wenn...“, dem jegliche Leidenschaft eines inspirierenden Traumes fehlt. Okay, die gewohnheitsmäßig ausgesprochene Affirmation mag einen schon dahin bringen, glücklicher und besser drauf zu sein, aber der Fortschritt wird wohl eher auf die EFT-„Radierungen“ zurückzuführen sein als auf die „Ich bin glücklich“-Affirmation.

Damit eine Affirmation wirklich maximal effektiv sein kann, muss das ihr zugrunde liegende Thema jene Art von Zugkraft haben, die die Seele vollkommen vereinnahmt. Und es muss zu einem Ziel werden, das man unbedingt erreichen will. Dann kann man den Pfeil der Affirmation drauf richten. Außerdem muss dieses Ziel ein wirkliches ICH WILL sein und nicht ein ICH SOLLTE. Genau hieran scheitert es oft, wenn Leute Affirmationen verwenden. Sie suchen sich oft grandiose Ziele, die eigentlich „Ich sollte...“-Ziele sind. „Ich sollte...“-Ziele sind Ziele von anderen, die nur wie unsere eigenen aussehen. Der Wunsch unserer Eltern, dass wir die Hochschule besuchen, ist ein „Ich sollte...“-Ziel, zumindest solange wir das nicht wirklich auch für uns selbst wollen. Der Erwartungsdruck der Gesellschaft, dass man heiratet und sich auf vielfältige Weise anpasst, gehört auch zu den potentiellen „Ich sollte...“-Zielen. Wann immer wir eine „Ich sollte...“-Affirmation verwenden, wird diese letztendlich aus Mangel an Interesse nicht überleben. Das ist kein Fehler innerhalb des Affirmationsprozesses. Es ist vielmehr ein Fehler beim Festlegen passender Ziele.

Manche Menschen richten ihre Affirmationen irrtümlicherweise auf Ziele, die weit jenseits ihrer aktuellen Vorstellungen liegen. Das sind „Ich sollte...“-Ziele und die werden natürlich nicht überleben. So hochfliegende Ziele wie zum Beispiel „Präsident der USA werden“, „den Hunger in der Welt besiegen“ oder „den Nobelpreis bekommen“ sind sicher wertvolle Bestrebungen und einige Leute haben diese tatsächlich auch innerhalb ihres Glaubenssystems. Wenn dem so ist, dann nur zu! Aber für andere, besonders jene Klienten, die im emotionalen „Verlies“ sitzen, mag ein angemessenes Ziel sein, sich bei einem Bewerbungsgespräch voller Selbstvertrauen zu fühlen oder ganz souverän am Alkohol vorbeizugehen. Andererseits werden sich Athleten im Wettkampf vielleicht auf eine bessere Durchschnittsleistung ausrichten oder auf einen höheren Prozentsatz an Freiwürfen. Studenten werden vielleicht eine höhere geistige Klarheit haben wollen oder

verbesserte soziale Kompetenzen. Therapeuten wollen möglicherweise mehr Charisma, Mitgefühl oder intuitive Fähigkeiten entwickeln.

Ziele müssen Bedürfnisse sein! Sie müssen sowohl innerhalb unseres Glaubenssystems erreichbar sein als auch ein wenig außerhalb unserer derzeitigen „Beschränkungen“ liegen. Wenn unsere Ziele nicht innerhalb unserer erreichbaren Vorstellungen liegen, werden wir sie letztendlich als fruchtlos ansehen und sie fallen lassen. Warum sollte man zum Beispiel die Affirmation verwenden, dass man eines Tages eine Nacht auf dem Mars verbringen wird, wenn man nicht im Entferntesten daran glaubt, dass das überhaupt möglich ist? Aber wenn unsere Ziele uns nicht dazu veranlassen, uns nach etwas Höherem auszustrecken, wo ist dann der Reiz? Wen interessiert es, sein jährliches Einkommen von 50.000\$ auf 51.000\$ anzuheben? Nicht viele. Wie auch immer, die Aussicht, sich auf 60.000\$, 80.000\$, oder 100.000\$ zu bewegen, lässt das Adrenalin hochschnellen. Wenn diese Stufen einmal erreicht sind, ist es viel leichter, sich ein Einkommen von 150.000\$ oder 250.000\$ vorzustellen. Und so geht es weiter.

An diesem Punkt fangen wir an, unsere wahre Stärke zu erkennen und uns in die größeren Räume des Palastes der Möglichkeiten zu bewegen. Ein paar solcher Erfolge machen unseren Blick klarer. Und nach einer Weile erscheinen uns unsere früheren Begrenzungen als Witz. Wir können sehen, dass sie Einbildung sind (waren). Es ist so, als ob in den größeren Räumen unseres Palastes ein riesiges Vakuum entsteht, das uns durch die Türen unserer vorhandenen Beschränkungen hindurch regelrecht ansaugt. Wenn wir erst einmal diese alten Räume hinter uns gelassen haben, gibt es kein Zurück mehr. Wer wollte schon 50.000\$ im Jahr verdienen, nachdem er sich daran gewöhnt hat, 250.000\$ pro Jahr zur Verfügung zu haben? Wer würde gerne wieder schüchtern werden, nachdem er erst aus sich selbst herausgekommen ist? Und so weiter.

Die meisten von uns haben keine motivierenden Ziele, weil wir zu wenig Leidenschaft in unserem Leben haben. Wir leben von einem Tag zum anderen. Manchmal genießen wir unser Leben. Manchmal nicht. Wir stehen morgens auf, putzen uns die Zähne. Wir tun es einfach, so wie immer. Aber morgens aus dem Bett zu springen, mit der Begeisterung eines Menschen, der eine Mission hat – das erleben nur sehr wenige von uns. Ein wirklich motivierendes Ziel – eine Berufung – macht den Unterschied aus zwischen denen, die etwas bewegen und denen, die Trübsal blasen. Es ist der Schwung in unserem Schritt und das Glänzen in unseren Augen. Es ist die „innere Aufgabe“, die den Unterschied zwischen Glück und Langeweile definiert, ganz egal wo wir im Leben gerade stehen. Ich erinnere mich da gerade an diesen Absatz von Doug Hooper ...

Zwei Sträflinge blicken aus ihren vergitterten Fenstern.

Der eine sieht Schlamm, der andere sieht die Sterne.

Oft sind unsere motivierenden Ziele gut versteckt hinter den Schriften auf unseren Wänden, die uns bereits von unseren „Ich kann...“- „Ich kann nicht...“- „Ich sollte...“- „Ich sollte nicht...“- und all den anderen Grenzen überzeugt haben. Vielleicht haben wir unter den Schriften an unseren Wänden auch solche, die sagen:

- "Tanz nicht aus der Reihe. Niemand mag einen Angeber."
- "Rühre nicht an Altbewährtem."
- "Wenn du für andere etwas tust, werden sie nur noch mehr von dir erwarten."

- "Schuster, bleib bei deinen Leisten."
- "Leute, die viel Geld verdienen, verlieren ihre Freunde."
- "Freu dich nicht zu früh. Du wirst doch nur enttäuscht werden."

Dennoch haben wir noch eine glimmende Glut in uns, die leicht wieder zu einem Feuer entfacht werden kann. Der Trick ist, diese zu finden. Eine Möglichkeit ist, mit EFT an Themen ranzugehen wie „Auch wenn ich hier feststecke...“, „Auch wenn ich diese Blockaden habe, was meine wahre Aufgabe/Berufung betrifft...“ etc. Tägliche Wiederholungen dieser und ähnlicher EFT-Runden sollten den „Müll“ diesbezüglich beseitigen. Ich brauche euch nicht zu erzählen, auf was ihr dann stoßen werdet.

Eine andere Möglichkeit, wahre Begeisterung und Motivation hervorzurufen, ist, sich selbst ein paar zielgerichtete Fragen zu stellen. Hier einige Beispiele:

- "Welche Träume hattest du als Kind und hast sie später aufgegeben?"
- "Wem möchtest du gerne ähnlich sein?"
- "Was würdest du gerne tun, was du bisher nicht tun konntest?"
- "Was würdest du gerne tun/versuchen/wie würdest du gerne sein, wenn dir der Erfolg sicher wäre?"

Dies sind alles großartige Fragen. Sie ebnen Wege zu einem Leben ohne Beschränkungen. Wenn Sie sie nur lesen und dann weitergehen, wird ihr wahrer Wert sich Ihnen nicht erschließen. Aber wenn Sie einen Stift und ein Blatt Papier herausnehmen und ein paar Abende damit verbringen, diese Fragen mit Ihren Freunden zu diskutieren, über sie nachzudenken, während Sie Auto fahren o.ä., werden Ihnen dadurch viele Möglichkeiten in den Sinn kommen.

Allerdings müssen Sie Ihrer Vorstellungskraft etwas nachhelfen. Ich erinnere mich, dass ich die letzte Frage vor Jahren einmal Adriennes Mutter gestellt habe. Sie war damals 78. Ich fragte sie: "Mary, was würdest du tun wollen, wenn dir der Erfolg sicher wäre?" Sie dachte eine Minute nach und sagte dann: „Ich möchte Aufseherin in einem erstklassigen Supermarkt sein.“ Ich ließ eine Weile verstreichen und sagte dann „Mary, du hast meine Frage nicht beantwortet. Du hast mir erzählt, wozu du aufgrund deiner Erfahrungen und deines Hintergrundes fähig wärst, wenn du dich ein klein wenig anstrengen würdest. Ich wollte aber wissen, was deine Träume sind. Lass’ für einen Moment all deine übernommenen Beschränkungen los und sag’ mir, was du WIRKLICH tun wollen würdest, wenn dir Erfolg garantiert wäre.“ Mary setzte sich ganz gerade auf, ein Leuchten erhellte ihre alt werdenden Augen und sie sagte „Ich wäre gern eine Sängerin“. Das war ein Traum! Ein wirkliches Ziel. Es war etwas, das sie wirklich reizen würde. Sie hatte die Frage letztendlich entschieden.

Wären Sie gern ein Sänger/eine Sängerin? Was würden Sie WIRKLICH mit Ihrem Leben anfangen wollen, was würde Sie mit wirklicher Begeisterung erfüllen, wenn es keine übernommenen Begrenzungen dafür gäbe? Ich weiß. Ich weiß. Es mag (noch) nicht umsetzbar sein. Aber es ist ein Anfang. Wir können damit beginnen, uns kleinere Schritte als Affirmation vorzunehmen, die leichter umsetzbar sind und so den Traum Schritt für Schritt aufbauen. Es gibt immer einen

Weg! Im weiteren Verlauf dieser Reihe werde ich die Idee der „Antenne“ vorstellen – ein uns eingebauter Mechanismus, der vertrauensvoll für alles einen Weg findet, was auch immer wir tun wollen.

Ich hoffe, ihr seid angesteckt worden. Wir schreiten ins Land der Möglichkeiten.

Mehr beim nächsten Mal.

Ich umarme euch, Gary

[weiter zu Kapitel 7](#)

Übersetzung ins Deutsche: Susanne Manavi (www.free-me-up.de),
Sibylle Horn (www.eft-online.de)

Die Rechte an diesem Artikel liegen beim Autor. Für die Weiterverwendung
gelten Gary Craigs Vorgaben unter www.emofree.com.