
DEIN TICKET ZUM LEBEN

Du hattest das Privileg auf die Welt zu kommen, um möglichst viele Erfahrungen sammeln zu dürfen.

Dein physisches Leben ist vergleichbar mit einem mehrtägigen, teuren Gourmet-Event, zubereitet von den besten Köchen aus aller Welt, mit einem kilometerlangen Büffet an Köstlichkeiten. Und du hast eine kostenlose Eintrittskarte für dieses Gourmet-Event erhalten. Das ist ein Geschenk! Denn jetzt hast du alle Möglichkeiten, die es gibt.

Wenn du wissen willst, wie es schmeckt – musst du es probieren. Dadurch ist es dir möglich, neue Köstlichkeiten kennenzulernen. Und es werden Leckereien dabei sein, von denen du nie angenommen hättest, dass sie überhaupt existieren, geschweige denn, dass sie dir schmecken. Indem du das Büffet durchkostest, erfährst du, was das Leben sonst noch alles zu bieten hat.

So wirst du dein teures Ticket voll und ganz genutzt haben und mit gutem Gewissen und Zufriedenheit von diesem Gourmet-Event nach Hause gehen können.

Oder du entscheidest dich, dich klein zu machen, dich in eine zu Ecke setzen und ein ganzes Event lang nur das zu essen, was du kennst. Ein Leben lang Spaghetti Bolognese? Damit du ja nichts riskierst und in der Sicherheit bleibst?

Also: Wie möchtest du durchs Leben gehen, wie viele Erfahrungen, sprich, wie viele Speisen möchtest du von dem reichen Büffet kosten und kennenlernen?

Wie möchtest du am Ende deines Lebens, also deiner persönlichen »Gourmet-Veranstaltung«, nach Hause gehen?

Mit dem Wissen, alles genutzt oder viele Chancen versäumt zu haben?

Erst am Ende deiner Veranstaltung, wenn das Büffet schon leer geräumt ist, darauf zu kommen, dass du doch mehr hättest probieren sollen, ist einfach zu spät.

Worin liegt der Sinn unseres Daseins?

Der Sinn unseres Daseins ist Wachstum.

Du bist hier, um zu erfahren, dass du in der Lage bist, all deine hausgemachten Angst-Widerstände, die du für unüberwindbar hältst, zu überwinden.

Dein irdisches Leben ist wie ein Spiel: Es bietet dir alle Spielzüge und öffnet alle Türen dieser Welt.

Die Türen zu deinen Träumen kannst du aber nicht erkennen, geschweige denn öffnen, wenn du deinen Fokus auf Angst und Selbstablehnung richtest. Aus einer Angstperspektive heraus bleibt so vieles ungesehen. Kein Wunder, dass viele Menschen sich vom Leben verabschieden, ohne die beste Version ihrer Selbst jemals entdeckt zu haben.

Wenn du dich in deiner Wohnung in eine Ecke eines Zimmers stellst, wirst du aus dieser Perspektive womöglich die Fenster nach außen, die Tür, den Fernsehapparat und die gegenüberliegenden Ecken sehen. Wechselst du deine Position, erblickst du den Raum aus einer anderen Perspektive. Sobald du dich aber in dein Bett verkriechst und dir die Decke über den Kopf ziehst, wirst du außer deiner Decke nichts sehen. Und diese Sichtweise entspricht genau der begrenzenden Angst-Perspektive!

Stelle dir bitte die ehrliche Frage, ob du auf die Welt gekommen bist, um das Leben mit all seinen Möglichkeiten zu vermeiden oder um es auszuschöpfen und zu leben. Am Leben zu sein und das Leben zu vermeiden, erzeugt Elend und enormes Leid. Dafür ist es aber nicht gedacht.

Viele von uns suchen und entscheiden sich für die vermeintliche Sicherheit. Damit fesseln wir uns geistig. In einem Bunker tief unter der Erde sind wir natürlich sicher, aber dafür auch gefangen. Wir sehen nicht viel, sind eingeschränkt in unseren Optionen, wir haben keine Freiheit. Wir sind beengt.

Und einmal abgesehen davon: Was bedeutet Sicherheit?

Uns wird von klein auf erzählt, wir bräuchten unbedingt eine sichere Ausbildung, einen sicheren Job, einen sicheren Partner, und alles würde gut werden. Nichts von diesen äußeren Dingen oder Menschen bedeutet wirklich Sicherheit und Beständigkeit. Alles kommt und geht. Das weißt du, oder?

Die einzige Sicherheit, die du im Leben hast, bist du selbst.

Es sei denn, du hast dich schon verloren.

Ist dem so? Kein Problem! Deshalb hat dich dieses Buch gefunden. Für deine Rückkehr zu dir, für ein Leben mit dir, für deine Sicherheit durch dich.

Das wahre Leben fängt da an, wo die Angst endet.

Aus meiner Vergangenheit, vor allem durch das Vorbild meiner Eltern, durfte ich eines der wichtigsten Prinzipien lernen: Geh über deine Grenzen. Das bedeutet, dass dein Weg mitten durch deine Angst führt.

Wenn du noch in diesem Leben erfahren willst, wer du wirklich bist und was alles in dir steckt, musst du über deine Grenzen gehen und etwas wagen.

Dein für dich bestimmtes, freies, erfülltes und glückliches Leben wartet IMMER auf der anderen Seite der Angst auf dich. Dorthin führen keine Umwege und Abkürzungen.

Es gibt keinen erfolgreichen und ZUGLEICH GLÜCKLICHEN Menschen auf der Welt, dem sein Traumleben einfach so nach Hause geliefert wurde. Nichts, was sich im Leben zu haben oder zu sein lohnt, fällt dir einfach in den Schoss.

Deine Bereitschaft, über Grenzen zu gehen, in der Angst stehen zu bleiben und durchzuhalten, ist der Preis dafür. Wie du diesen Preis einordnest, ist sekundär. Ob du es das kontextuelle Feld nennst oder Teil deines Seelenplans – es spielt keine Rolle.

Einen Preis zahlst du ohnehin und immer! Diesbezüglich hast du keine Wahl. Aber du hast die Wahl, zu entscheiden, WELCHEN Preis du bezahlen willst.

Den Preis für ein wahrhaftiges, geiles und gesundes Leben. Oder den deines vergeudeten Lebens.

Erfüllung, Erfolg und Glück im Leben haben ganz viel mit der Bereitschaft zu tun, sich das Scheitern zu erlauben. Über Grenzen zu gehen und dabei zu fallen – um dadurch gestärkter wieder aufzustehen. Ganz wie die Kinder: So lernen sie laufen, essen, so wachsen sie. Stell dir vor, die Kinder hätten das Mindset der Erwachsenen.

Mit solch einer Einstellung lernt kein Kind das Gehen, hätten wir alle niemals das Laufen gelernt.

Kein Kind denkt: «Wenn ich versuche, einen Schritt zu machen, könnte ich ja hinfallen. Also lieber in der Sicherheit bleiben und von Mami getragen werden.»

Es ist nicht vorstellbar, oder?

Genau das ist aber leider immer noch pure Realität für viele Erwachsene. Auf diese Weise »leben« viele Menschen ein konserviertes Leben auf diesem Planeten, das mehr ein Existieren ist. So wie ich selbst auch vor vielen Jahren. Deshalb darf ich so direkt sein. Das ist keine Abwertung, sondern mein Entsetzen darüber. Mich stimmt diese Tatsache traurig.

Wie schaut es mit dir aus?

Du stehst nun vor dem Büffet deines Lebens und hast die freie Auswahl. Und ich kenne wirklich nicht wenige Menschen, die sich dafür entscheiden, weiterhin die ihnen bekannten Spagetti Bolognese zu essen – JEDEN TAG. Machst du es anders. Vergeude bitte nicht dein Ticket zum Leben. Nutze es!

Wie sieht es mit deinen größten Träumen, Sehnsüchten, Zielen und Wünschen aus?

Als Kind hatten wir alle noch welche, bevor sie uns weggeredet wurden.

Hast du (noch) welche?

Oder hast du sie schon so tief vergraben, sie dir selbst ausgeredet oder ausreden lassen, dass dir auf die Schnelle nichts einfällt?

Lebst du dein Leben mit oder ohne Ziele und Träume?

- *Wozu bist du berufen? Schreibe dazu deine Träume, Wünsche, Ziele und Sehnsüchte auf.*

- *Schreibe alles auf, was du unbedingt noch erleben willst, bevor du die Welt verlässt.*

Ich zeige dir später Übungen, mit denen du deine Bestimmung findest. Es geht jetzt erst mal nur darum, zu schauen, wie konkret du über dich Bescheid weißt oder glaubst, Bescheid zu wissen.