

Wenn nicht jetzt – wann dann?

Viele Leute erzählen mir, daß sie nicht die Dinge tun, die sie gerne tun möchten.
Wenn ich sie frage, warum sie nicht das tun, was sie möchten, sagen sie, sie müssten zuerst noch dies oder jenes erledigen.

Sie machen es immer von irgendetwas abhängig.

"Wenn ich erst diese Sache auf meiner Arbeit erledigt habe, dann..."

"Wenn ich die Geschichte mit meinem Partner in Ordnung gebracht habe, dann...."

"Wenn ich erst in Rente bin, dann...."

"Wenn ich erst...." usw-usw-usw....

Warum ist das so?

Weil die Menschen Angst haben!

Sie haben Angst um ihre Existenz, um ihr täglich Brot, um ihren Status, Angst vor Verlust - Angst, Angst Angst....

Kann man diese Angst beseitigen oder besiegen?

Nein, man sollte ihren illusionären Charakter durchschauen, sie ist nicht real.

Wenn Du sie als real ansiehst, schaffst Du eine neue Konditionierung:

"Wenn ich erst mal meine Angst überwunden habe, dann...."

Nichts hindert Dich daran, jetzt sofort das zu machen, was Dir am Herzen liegt.

Durchschaue die Angst, erkenne sie als eine Illusion, kümmere Dich nicht um sie, sie ist nur ein Verstandeskonstrukt, ein scheinbar sehr mächtiges, aber halt nur ein virtuelles Konstrukt.

Setz Dich über sie hinweg und mach, was Du gerne machen willst.

Bleib völlig ruhig und entspannt, lass Alles kommen, was die Angst Dir an Schrecklichem ausmalt.

Du wirst feststellen, daß nichts von dem, was Dein Verstand, Deine Angst Dir suggeriert, eintreffen wird.

Also, worauf wartest Du noch - leg los!

Wie, es geht nicht?

Ja, das stimmt, aber nur, solange Du gefangen bist in der Vorstellung dieser von den Anderen getrennten Person, die Du zu sein glaubst.

Mit der Loslösung von dieser Illusion ist auch die Angst verschwunden, denn sie kann nur existieren in der Verbindung mit dieser virtuellen, individuellen Persönlichkeit.

Lass den Gedanken los, Du wärest diese Person und Deine Angst löst sich auf, weil sie keine Basis mehr hat.