

UNAUFHALTSAM WERDEN

VON PAUL MYERS, HERAUSGEBER VON [TALKBIZ NEWS](#)

DEUTSCHE ÜBERSETZUNG MIT ERLAUBNIS DES AUTORS
GÖTZ MÜLLER

© COPYRIGHT 2010, PAUL MYERS AND TALKBIZ DIGITAL, LLC

RECHTLICHES

Dieser Report wird kostenfrei zur Verfügung gestellt. Er kann frei verteilt werden, solange keine Änderungen an ihm vorgenommen werden.

Diese Arbeit macht keine Versprechung für Einkommen oder bestimmte Ergebnisse und diese können auch nicht daraus abgeleitet werden. Ich kenne weder die Fähigkeiten der Leser, noch ihre Arbeitseinstellung, ihre Marktsituation oder sonst irgendetwas, das ich wissen müsste, um auch nur ansatzweise einen Hinweis auf die Ergebnisse geben zu können. Die Inhalte dieses Buch sind meine Meinungen und Beobachtungen, basierend auf meiner eigenen Erfahrung und sollten auch als nichts mehr als diese betrachtet werden.

Nichts in diesem Produkt sollte als rechtlicher oder sonstiger geschäftlicher Rat angesehen werden. Wenn der Leser einen solchen Rat benötigt, sollte er die betreffende Unterstützung eines zugelassenen Beraters im fraglichen Bereich einholen. Der Leser ist allein verantwortlich für die Konsequenzen aus dem Gebrauch dieses Material.

Anmerkung des Übersetzers: Diese Haftungsausschlüsse beziehen sich auf US-amerikanisches Recht und gelten vergleichbar auch für den deutschsprachigen Raum.

EINLEITUNG

Dieser Report ist ein aktualisierter Auszug meines Buches „Gut zu wissen“ (Originaltitel „Need to Know“).

„Gut zu wissen“ wurde für Leute geschrieben, die ein Online-Geschäft haben oder wollen. Dieses Kapitel war etwas anders, weil es nützlich ist, einen Ausgangspunkt für alle angestrebten Ziele zu haben. Meiner Meinung nach ist das so wichtig, dass ich es „Kapitel Null“ genannt habe.

Und übrigens, ich mag solche Sachen.

Egal, ich habe so viele Rückmeldungen über den Wert dieses Abschnitts erhalten, dass ich entschieden haben, ihn aus dem Buch herauszuschneiden, damit ihn Leute verwenden, die ihm sonst nicht begegnet wären. Ich hoffe, Sie finden das nützlich.

Wenn Sie möchten, senden Sie mir Ihre Kommentare, Kritikpunkte oder Vorschläge dazu.

Viel Spaß!

Paul Myers
paul@talkbiz.com

PS: Wenn Sie das gesamte Buch und ein kostenloses Abonnement meines Newsletter „TalkBiz News“ möchten, können Sie beides unter <http://www.talkbiz.com/> erhalten.

UNAUFHALTSAM WERDEN

Vor einigen Jahren schrieb ich für meinen Newsletter etwas, das mich unter Beschuss von ein paar der traditionellen „Denk positiv“ Leute gebracht hat. Ich denke, es ist Zeit für eine Wiederholung und ich greife meine Ketzerei wieder auf.

Wenn ich damit fertig bin, hoffe ich, dass ich Ihnen auch gezeigt habe, wie Sie die größte Hürde überwinden, die den meisten Menschen im Weg steht.

Den Fehler, nicht ins Handeln zu kommen.

Die guten und die schlechten Neuigkeiten sind die Gleichen: Was immer Sie gerade tun, ob es Sie glücklich macht oder nicht, ist genau das, was Sie derzeit am meisten tun wollen.

Sie sind genau da, wo Sie die ganze Zeit sein wollten.

Ja, vielleicht haben Sie den wirklich starken Wunsch irgendwo anders zu sein. Ich zweifle überhaupt nicht daran, dass Sie das können, auf die eine oder andere Weise. Sie könnten sogar schon auf dem Weg dorthin sein.

Das Problem ist, Menschen sind ziemlich komplexe Lebewesen. Wir haben nicht einfach nur einen Wunsch oder ein Bestreben. Wir haben viele davon. Und wo Sie derzeit sind, ist die Summe aller Ihrer Wünsche, nicht nur von diesem einen, von dem Sie wissen, dass Sie daran arbeiten sollten und trotzdem nicht vorwärts kommen.

Ist Ihnen das schon einmal passiert. Sie wollten etwas so sehr, dass Sie es schon schmecken konnten, aber alles dafür auf die lange Bank geschoben. Oder Sie haben es halbherzig verfolgt, auf eine Weise, die garantiert schiefgehen wird.

Vielleicht wollten Sie sich mit den netten Mädchen oder Jungen verabreden oder diese Beförderung anstreben oder dieses Geschäft beginnen oder mit trainieren anfangen oder mehr Zeit mit Ihrer Frau oder den Kindern verbringen oder Ferien an diesem Ort machen, den Sie schon immer sehen wollten.

Vielleicht wollten Sie Gewicht verlieren oder diesen beschissenen Job aufgeben oder diese schlechte Beziehung beenden oder eine Gewohnheit aufgeben, unter der Sie leiden.

Gab es jemals etwas, das Sie tun wollten aber Sie einfach nichts dafür getan haben?

Manche Leute werden sagen, das war so, weil Sie es nicht wirklich wollten oder nicht genug wollten. Und sie haben fast Recht.

Die Sache ist die, da gab es Dinge, die Sie einfach noch mehr vermeiden wollten.

Gute Neuigkeiten: Sie können das ändern.

Und es ist leicht.

Die übliche Antwort darauf ist, „Klar. Alles was es braucht, ist etwas Willenskraft.“

Meine ursprüngliche Ketzerei war: Willenskraft ist das ineffizienteste und schwierigste Werkzeug, das Sie verwenden können, um irgendetwas zu erreichen. Sie ist selten mehr als Zeitverschwendung.

Warum?

Wenn Sie sich auf Willenskraft verlassen, kämpfen Sie mit dem, was Sie denken, dass Sie es wollen, gegen das, was Sie wirklich wollen. Selbst wenn Sie diesen Kampf gewinnen, verlieren Sie, weil Sie nicht das bekommen, was Sie wirklich wollen. Nur ein scheinbarer Sieg, solange Ihnen nicht irgendwann etwas begegnet, wie das, was Sie jetzt gerade lesen.

Es gibt etwas in Ihnen, das viel kraftvoller, viel zuverlässiger ist als Willenskraft.

Ich nenne es Willenskraft ...

Das, was Sie am meisten wollen, hat die Kraft.

....

Bevor ich das erkläre, will ich die erste Ketzerei noch ergänzen, indem ich zwei weitere Mythen aufdecke, die Sie vergessen dürfen, wenn Sie bisher daran geglaubt haben.

Der Glaube an „Angst vor Erfolg“ und/oder „Angst vor Versagen“.

So etwas gibt es nicht.

Was wir fürchten, sind die emotionalen Deutungen der Konsequenzen aus Erfolg oder Versagen. Wissend, was diese eingebildeten Konsequenzen sind, bringt sie aus der abstrakten Welt, die wir nicht angehen können, in die konkrete Realität, mit der wir wirksam umgehen können.

Erfolg und Versagen sind bedeutungslose Konzepte, außer wir messen Sie gegen die Frage:

Haben Sie die Summe Ihrer Wünsche und Begierden erreicht?

Sie bewegen sich entweder auf die Summe Ihrer Wünsche und Begierden zu oder Sie haben sie erreicht.

Jetzt werden einige von Ihnen das lesen und denken, „Myers, Du spinnst. Das ist nicht so, wie es läuft. Erfolg wird gemessen durch [*hier Ihre Definition einfügen*]“.

Okay.

Wer sagt das?

Ernsthaft Wer hat Erfolg auf diese Weise für Sie definiert? Wenn es nicht Sie selbst waren, ist es bedeutungslos. Wenn Sie es waren und sie haben ihn nicht, warum haben Sie ihn nicht?

Es gibt nur eine einzige bedeutungsvolle Definition von Erfolg:

Das Leben auf die Art zu leben, die SIE es leben wollen.

Alles andere ist aus zweiter Hand, das nicht passt.

....

Eine andere Gruppe der Leser wird jetzt ein scheinbares Problem damit erkannt haben. Wenn Sie schon die Summe all Ihrer Wünsche erreicht haben, sitzen Sie in der Falle. Sie sind so weit gekommen, wie Sie kommen konnten.

Für viele wird das ein beängstigender Gedanke sein.

Der Schlüssel, das zu ändern, liegt im Wort „Summe“.

Wie Sie wissen, ist das ein mathematischer Begriff, der bedeutet, „Was Sie bekommen, wenn Sie einen Haufen Sachen zusammenzählen.“ Wie meist im Leben, wenn Sie etwas auf Mathematik zurückführen können, nur zum Zweck der Klarstellung, dann können Sie es ändern.

Mit einer Summe können Sie einfach die Werte der Dinge ändern, die Sie zusammenzählen.

Hier kommt dann Freude auf.

....

Wenn Sie einen Person fragen, was sie will, werden die meisten eine Liste oberflächlicher Dinge unterratern. „Ich will mehr Zeit mit meinen Kinder verbringen, ich will eine Gehaltserhöhung und ich will ein Pony.“

Und trotzdem verbringen sie nicht mehr Zeit mit ihren Kindern, sie machen nicht, was sie tun sollten, um die Gehaltserhöhung zu bekommen und sie haben immer noch kein Pony.

Warum?

Weil sie diese Dinge nicht wollen. Was sie wollen, sind die Vorteile, die sie damit verbinden und sie haben noch nicht genügend Vorteile aufgestapelt, um die Vorteile zu kompensieren, wenn sie es nicht bekommen.

Haben Sie schon mal daran gedacht, dass es Vorteile geben könnte, wenn Sie nicht bekommen, was sie wollen?

Sollten Sie aber. Das ist der Schlüssel, um die Dinge zu ändern.

....

In seinem Buch, „Der motivierte Verstand“ („The Motivated Mind“), verwendet Jason Gracia die Analogie von Waagschalen, bei der die eine das Gewicht all der Faktoren enthält, die dafür zählen, etwas zu tun und die andere all die Faktoren, die dafür zählen, es nicht zu tun.

Obwohl das ein nützliches Bild ist, denke ich, dass es ein paar wichtige Dinge vernachlässigt: Richtung und Geschwindigkeit. Ich glaube, diese Kräfte mit dem Fahren eines Autos zu vergleichen, helfen wird, die Idee greifbarer werden zu lassen.

(Übrigens danke an „Wild Bill“ für den Hinweis. Sie können Jason Gracias Buch hier finden <http://www.motivation123.com>)

Wie Auto fahren, ist Motivation - also Handlungsorientierung - eine Fähigkeit, die erlernt werden kann und Sie können die Grundlagen sehr schnell aneignen.

Anders wie fahren, dauert ist überhaupt nicht lange, darin sehr erfahren zu werden.

....

Also, wie funktioniert es?

Wenn Sie unsicher sind bzgl. eines Ziels oder ob die Dinge, die sie wollen oder nicht wollen in Balance sind, werden Sie einfach im Auto sitzen und den Leerlauf drin haben.

Wenn Sie sagen, Sie wollen eine Sache aber die Summe Ihrer Wünsche zieht Sie weg von dieser Sache, werden Sie den Rückwärtsgang einlegen. Sie werden sich davon weg bewegen, trotz Ihres (möglicherweise sehr starken) Wunsches sie zu erreichen.

Wenn die Summe Ihrer Wünsche bzgl. dieser Sache mehr emotionale Kraft besitzt, als die Dinge, die Sie vermeiden wollen, werden Sie den Vorwärtsgang einlegen.

Sobald Sie in Bewegung sind, wird Ihre Geschwindigkeit von zwei Dingen bestimmt: Der Grad des Unterschieds zwischen den beiden Seiten und der Intensität der involvierten Wünsche.

Bevor Sie das Auto dazu bewegen können, dorthin zu fahren, wo Sie es hinhaben wollen, müssen Sie sich über die Steuerung klar werden und wie sie funktioniert. Sonst kann es damit enden, dass Sie rückwärts im Kreis mit 180 km/h fahren.

Eine Menge Menschen leben ihr Leben auf diese Weise.

Auf beiden Seiten der Gleichung befinden sich zwei grundsätzlich menschliche Betrachtungsweisen: Erlangen von Freude und Vermeidung von Schmerz. Mit jeder ist ein bestimmtes Niveau an emotionaler Kraft verknüpft. Die emotionale Intensität aller Faktoren auf jeder Seite wird aufsummiert, um die Kraft für die entsprechende Richtung zu bestimmen. Die Seite, die die meiste Kraft hat, entscheidet, ob Sie den Vorwärts- oder Rückwärtsgang einlegen.

Schauen wir uns ein einfaches Beispiel an: Zeitvertreib mit den Sportskameraden.

Wenn Sie es nicht wirklich mögen, mit ihnen herumzuhängen, aber denken, dass Sie es tun sollen, bringt nur eine kleine Kraft in diese Richtung: Der Schmerz des Missfallens der anderen. Wenn Sie das Missfallen sehr stört, kann das eine starke Kraft sein. Wenn es Sie nicht interessiert, was andere denken, kann es eine sehr schwache Kraft sein.

Schauen wir uns die andere Seite an. Vielleicht denken Sie, dass der Zeitvertreib mit ihnen Sie von anderen Bereichen Ihres sozialen Umfelds mit mehr Spaß fernhält, dass es Sie Geld kostet, dass Sie eher wo anders ausgeben wollen oder Sie regelmäßig in Umgebungen bringt, die mit einem anderen Ziel in Konflikt stehen.

Wenn die Furcht vor dem Missfallen richtig stark ist, kann sie der entscheidende Faktor sein, selbst wenn es mehr „Punkte“ auf der anderen Seite gibt. Also, wie können Sie das ändern?

Die erste Sache, die Sie tun können, ist die Wichtigkeit des Missfallens zu überprüfen. Sie können das tun, indem Sie sie abschwächen oder in Relation mit anderen Dingen setzen.

Abschwächen könnte dadurch geschehen, dass Sie etwas betrachten, das echten Einfluss auf Sie hat. Beispielsweise könnten Sie beim darüber nachdenken erkennen, dass Ihre Freunde nur etwas enttäuscht sein werden, sich aber schnell daran gewöhnen. Oder dass deren Missfallen von Erwartungen herrührt, denen Sie nie zugestimmt hatten und dass es deren Problem ist, nicht eine Vereinbarung, die Sie brechen.

Im Prinzip, „Sie werden darüber hinwegkommen und ich auch.“

....

Es in Relation setzen, bezieht etwas anderes mit ein, das Ihnen wichtiger ist. Zum Beispiel, könnten Sie sich sagen, „Ja, ich hasse es, sie zu enttäuschen, aber ich lasse nicht andere Menschen entscheiden, wie ich mein Leben lebe.“

Oder Sie könnten sagen, „Ihre Anerkennung ist nicht wichtiger als meine eigene.“

Alle Überlegungen können hier einbezogen werden und sie summieren sich alle auf.

....

Der andere Weg, die Gleichung zu ändern, ist es Stärke zu den Kräften auf der anderen Seite hinzuzufügen.

Die meisten Menschen werden dazu tendieren, bewusst nur ähnliche Kräfte zu vergleichen: Ihre Sportskameraden gegen andere Bereiche Ihres sozialen Umfelds. Die restlichen Faktoren werden üblicherweise unbewusst gewichtet.

Also starten Sie mit ähnlichen Dingen. Vielleicht würden Sie stattdessen diese Zeit mit Ihrer Freundin oder einer anderen Gruppe von Freunden verbringen. Nur das zu sagen, wird der Sache nicht so viel Kraft verleihen, wie möglich wäre. Sie wollen die positiv emotionalen Verknüpfungen der anderen Optionen verstärken.

Und berücksichtigen Sie die negativen Umstände (Schmerz), die damit verknüpft sind, dasselbe Verhalten fortzusetzen. Sie finden vielleicht heraus, dass die Enttäuschung Ihrer Freundin stärker wiegt als das Missfallen Ihrer Kumpels.

Bringen Sie jeder Faktor dieser Dinge in den Brennpunkt. Betrachten Sie alle, seien Sie wirklich ehrlich zu sich bzgl. dessen, was Ihnen wirklich Freude bereitet und was nicht.

Setzen Sie dann diese Dinge in Relation mit der Erfahrung aus der Zeit mit dem alten Haufen.

Schauen Sie sich jetzt die Dinge an, die nicht direkt mit dem sozialen Aspekt verknüpft sind. Wenn mehr Gesundheit ein Ziel ist und Ihre Freunde sich in Bars herumtreiben, könnten Sie daran denken, wie es ist heimzukommen und nach Zigaretten zu stinken, Gewicht vom schlechten Essen zuzulegen und nicht gut zu schlafen aufgrund des Rauchs und des Alkohols.

Vielleicht ziehen Sie es vor, das Geld für Weiterbildung auszugeben, um Ihre beruflichen Fähigkeiten und Ihr Einkommen auszubauen.

Es sind mehr positive Faktoren involviert, als ich hier auflisten könnte. Eine wichtige Sache ist es, die Freude, die Sie erhalten und den Schmerz, den Sie vermeiden durch die Zielerreichung, so stark zu machen, wie Sie können. Anschließend machen Sie die Freude, die Sie erhalten und den Schmerz, den Sie vermeiden dadurch, dass Sie das Ziel NICHT erreichen so schwach wie möglich.

Wenn die emotionale Bezüge zu Dingen, die Sie vorwärtsbewegen stärker sind als die, die Sie abhalten, haben Sie den Vorwärtsgang eingelegt.

Sie werden sich *automatisch* in die Richtung dieser Wünsche bewegen.

Das ist Wollenskraft, nicht Willenskraft.

So wie Sie die Differenz zwischen dieser kollektiven Stärke und der Stärke des Verlangens, das davon weg zeigt, vergrößern, vergrößern Sie die Geschwindigkeit und die Konsistenz der Bewegung auf die Erreichung der Ziele hin.

Das ist das Gaspedal.

Es gibt keine Maximalgeschwindigkeit bei diesem Auto.

....

Schauen wir uns jetzt an, wie das Ihre Handlungen (oder das Ausbleiben derselben) beeinflusst, indem wir das Beispiel eines Geschäftsauf- oder -ausbaus nehmen.

Zuerst einige der Dinge, die dazu tendieren können, Sie davon abzuhalten, anhaltende wirksame Handlungen zu unternehmen.

- Nicht zu wissen, wie Sie Produkte kreieren und verkaufen.
- Die Furcht, das Menschen Ihr Ziel lächerlich machen oder Ihnen den erreichten Erfolg übelnehmen.
- Die Furcht Freunde zu verlieren und den Komfort eines Arbeitsplatzes.
- Die Furcht vor finanzielle Schwierigkeiten, wenn sich der Erfolg nicht auf einem bestimmten Niveau oder in einer bestimmten Zeit einstellt.
- Die Abneigung Entscheidungen treffen zu müssen.
- Die Furcht davor, die falschen Entscheidungen zu treffen.
- Der Verlust einer beruflichen Position und der verbundenen Privilegien.
- Das Vergnügen jemand anderen verantwortlich sein zu lassen.
- Weniger Zeit für Familie und Freunde.
- Es ausschauen zu lassen, dass Ihre vergangenen Anstrengungen vergeblich waren.

Für jede Person gibt es eine Menge anderer wahrgenommener „Kosten“, die signifikant erscheinen könnten. Schauen wir uns trotzdem ein paar auf dieser Liste an, da sie sehr häufig vorkommen.

Wenn Sie für Ihre Karriere eine Unmenge Geld und Lebenszeit in die Ausbildung gesteckt haben oder eine hohe Position und Pension auf dem Spiel steht wird das eine eigene Selbstständigkeit sehr riskant aussehen lassen. Diese Art von Bedenken ist sehr stark für ältere Leute oder Menschen mit abhängigen Familienangehörigen.

Wenn Sie diese Abhängigkeiten haben oder eine sehr niedrige Risikotoleranz besitzen, sollten Sie wahrscheinlich mit etwas starten, das Sie neben Ihre normalen Arbeit tun können. Das eliminiert die meisten dieser Bedenken und lässt Sie anfangen.

Die meisten Menschen werden so oder so in Teilzeit starten müssen, deshalb ist es keine große Last. Einen klaren und realistischen Plan zu haben und die Informationen in diesem Buch zu nutzen, kann die benötigte Zeit signifikant reduzieren.

Das macht es auch leicht, die notwendigen Informationen zu erkennen und wie sie erlangt werden.

....

Sie werden erkennen, dass die Mehrzahl der Dinge, die Sie davon abhalten, Geschäfte zu machen, entweder Befürchtungen oder fehlende Informationen sind. Manchmal sind sie miteinander verbunden, so wie die Furcht vor falschen Entscheidungen. Der einfachste Weg, darüber hinwegzukommen, ist es, sich klar zu machen, dass Sie sie machen werden. Punkt. Sie können es nicht vermeiden. Sie werden auch sonst im Leben falsche Entscheidungen treffen.

Das liegt in der Natur der Sache. Wir sind nicht perfekt.

Einen klaren Plan zu haben und ihn zu verfolgen, mit den besten Informationen, die Ihnen zu einem Zeitpunkt zur Verfügung stehen, wird die Zahl der Fehlentscheidungen reduzieren. Wenn Sie Ihre Risiken auf die Dinge beschränken, deren Verlust Sie sich leisten können, wird sicherstellen, dass Sie nicht die befürchteten finanziellen Situationen schaffen.

Anlagerisiken mit einer kalkulierten Wahrscheinlichkeiten werden „Investitionen“ genannt. Selbst der beste Investor mit den besten Investitionen verliert einige dieser Wetten. Das ist ein Teil des Spiels.

Das Wissen, wie der Hebel wirksam angesetzt wird, wird dabei helfen, der Erfolg zu vergrößern und gleichzeitig die Risiken erschwinglich halten. Das bedeutet, dass eine funktionierende Idee schnell Ideen kompensieren kann, die nicht funktionieren. Das ist ein wichtiger Grund, warum manche Menschen schnellen Erfolg erzielen, während andere damit kämpfen langsam irgendwo hinzukommen.

Die Bedenken in einen vergleichbar logischen Bezug zu bringen, kann sie oft auf das Niveau von Hintergrundrauschen reduzieren.

Aber nicht immer.

....

Für manche Menschen ist das Treffen falscher Entscheidungen nicht die eigentliche Befürchtung. Was sie ängstigt ist der Glaube, dass vor jemand anderem im Prozess dumm dastehen werden.

Abhängig davon wie wichtig die Menschen sind, deren negative Meinung Sie befürchten, Sie können damit auf eine Vielzahl von Arten umgehen. Wenn es nur zufällige Bekannte sind, könnten sie einfach sagen, „Na und?“ Oder Sie könnten ihnen einfach nichts davon erzählen, was Sie tun.

Wenn es Ihr Ehepartner ist, wird das möglicherweise nicht die beste Vorgehensweise sein. In diesem Fall können Sie ein Projekt starten und sagen, dass Sie es tun, um XYZ zu erhalten, ohne Geld aus dem normalen Budget zu verwenden. Oder machen Sie ein Hobby daraus, diese Dinge zu lernen, um etwas Extrageld in die Altersvorsorge zu investieren.

Es ist eine andere Art der Investition, eine die sich langfristig auszahlen kann, mit einem kurzfristigen Risiko von sehr wenig Geld und etwas Zeit.

Wenn Sie bereits eine Menge Zeit am Computer verbringen, könnten Sie einfach ändern, wofür Sie die Zeit einsetzen und es wird wahrscheinlich nicht einmal wahrgenommen.

Verstehen Sie, dass die meisten Menschen Ihre Anstrengungen skeptisch betrachten werden. Das ist normal. Sie haben dieselben Befürchtungen wie Sie, ohne dass sie Ihre Fähigkeiten oder Informationen haben, um die Gedanken abzuwägen und zu kontrollieren.

Der Umgang damit, was andere Menschen denken werden, speziell negative Kommentare aus dem Familien- und Freundeskreis ist wahrscheinlich die schwierigsten Sache, wenn Sie etwas anfangen.

Wenn es beginnt zu funktionieren, verschwinden diese Befürchtungen von selbst.

So auch (meistens) die Skepsis.

....

Zu diesem Zeitpunkt sollte ich wahrscheinlich etwas ansprechen, das vielen Menschen begegnen wird und das ihnen größere Probleme bereiten kann: Eine spürbares Fehlen an Unterstützung durch die Familie und Freunde. Das ist die häufigste Herausforderung, wenn Sie etwas Neues versuchen. Es kann lähmend sein, speziell wenn die zweifelnde Person Ihr Ehepartner ist.

Wenn der Grund für die Bedenken die Vorstellung eines nicht mehr akzeptablen Risikos ist und die involvierten Menschen von Ihnen abhängig sind, können Sie einige der Ideen zur Abhilfe einsetzen, die wir bereits diskutiert haben.

Es gibt oft eine ganz andere Sache, die die Ursache dieses Problems ist und es ist eine Sache, die die meisten Menschen niemals in Betracht ziehen wollen. Während es gewöhnlich ein Problem für Entscheidungen im Geschäfts- oder Berufsleben ist, kann es jeden Bereich Ihres Lebens betreffen, der Wachstum oder Weiterentwicklung umfasst.

Offen gesagt, wenn es sich um manche Lebensbereiche dreht, ist es so, dass ...

Ihre Familie und Freunde Sie mögen, aber sie respektieren Sie nicht.

Denken Sie darüber nach. Wenn Sie die Sache noch nie zuvor getan haben, haben sie keine Grundlage für ein Urteil. Wenn sie geneigt sind, an Ihre Fähigkeiten zu glauben, wird das wahrscheinlich nicht hochkommen. Aber wenn nicht oder ihre eigene Erfahrung ihnen sagt, dass die Sache schwierig ist, werden sie nicht wahrscheinlich nicht akzeptieren, dass Sie es leicht erreichen können.

Dazu kommt der Fakt, dass Ihre engsten Familienmitglieder und Freunde alles über Ihr (früheres) Versagen wissen. Sie haben Sie vom Fahrrad fallen und sich die Knie aufschlagen sehen. Sie erinnern sich an die fehlgelaufene(n) Beziehung(en) in Ihrer Vergangenheit. Und sie haben Sie auf der Party mit dem Lampenschirm auf Ihrem Kopf gesehen.

Unter Berücksichtigung dessen sind deren Bedenken verständlich. Wenn Sie bisher kein Talent gezeigt haben, neue Sachen zu lernen oder gesteckte Ziele zu erreichen, wären sie dumm, wenn sie nicht zumindest ein bisschen skeptisch sind, oder nicht? Sie werden Sie nicht ermutigen wollen, dass Sie wieder auf die Nase fallen.

Hier ist das Problem mit dieser Denkweise. Wenn Sie sich davon beeinflussen lassen, machen Sie sich selbst zum Gefangenen Ihrer Vergangenheit. Jeder sagt Ihnen, dass Sie aus Ihren Fehlern lernen sollen und dann verwenden sie diese Fehler als Grundlage dafür, dass Sie nichts lernen können. Und Sie kaufen es Ihnen ab?

Das ist irrsinnig, aber eine verbreitete Art der Verrücktheit.

....

Also, wie sollten Sie damit umgehen? Die Antwort ist, für die meisten Menschen, einfach. Nicht immer leicht, aber einfach:

Überwinden Sie es.

Überwinden Sie das Bedürfnis der Bestätigung durch andere. Überwinden Sie die vergangenen Fehler und akzeptieren Sie sie als das was sie sind: Die Vergangenheit. Überwinden Sie die Furcht, dass Sie jemand enttäuschen werden. Überwinden Sie es einfach.

Wie ich gesagt habe, nicht immer einfach.

Einfach zu wissen, woher die Probleme kommen, hilft vielen Menschen. Denken Sie daran, dass es auch nützlich ist, dass Sie diese Fehler machen mussten, um dort anzukommen, wo Sie etwas lernen können. Der wichtigste Teil ist trotzdem, zu erkennen, wie viele Erfolge Sie schon in Ihrem Leben hatten.

Sie wurden unwissend geboren, ohne jede Fähigkeiten. Alles, was Sie bis zu diesem Punkt Ihres Lebens gelernt haben, ist das Ergebnis aus Versuch und Irrtum, sei es auf Ihrer Seite oder der Seite der Person, die Sie etwas gelehrt hat. Irgendjemand hat irgendwann für diese Erkenntnis bezahlt, durch angeschlagene Ellbogen und verletzte Egos.

Die Tatsache, dass Sie überhaupt in diesem Chaos, das wir die moderne Welt nennen, überleben können, ist Zeugnis Ihres Potenzials. Und Sie haben es bis jetzt kaum angezapft.

Es gibt einen Preis für Veränderungen, ja. Das ist es, was die meisten von uns fürchten. Aber es gibt oft einen viel höheren Preis dafür, der/die Gleiche zu bleiben. Sich dessen bewusst zu werden, durch die vorgenannten Übungen, ist Weg hindurch.

Keine Sorge. Sie werden Fehler machen und Sie werden Fortschritte machen. Wenn Sie zu Beginn die Unvermeidbarkeit der Fehler akzeptieren, dreht sich alles nur noch um den Fortschritt. Und Sie werden mehr davon schneller machen, weil Sie sich von der Furcht nicht aufhalten lassen.

Also, das waren die Nachteile.

Auf der Plus-Seite, welche Vorteil haben Sie von einem eigenen erfolgreichen Geschäft (oder einer anderen positiven Veränderung)?

Was die meisten Menschen auflisten, ist mehr Geld, finanzielle Sicherheit, mehr Freizeit und der eigene Chef sein.

Das sind keine kraftvollen Motivatoren.

Was würden Sie mit dem Geld tun? Was würde es für Sie bedeuten?

Vielleicht würden Sie in der Lage sein zu reisen und die Plätze zu sehen, die Sie schon immer sehen wollen. Vielleicht würden Sie eine sichereres (oder schickeres) Auto fahren oder mit Ihrer Familie in eine bessere Nachbarschaft ziehen, in der Sie die Annehmlichkeiten des Lebens mehr genießen können. Vielleicht würden Sie sich als ein besserer Versorger Ihrer Kinder fühlen und ihnen helfen aufzuwachen im Glauben, dass ein höheres Niveau an Zielerreichung und Erfolg möglich ist. Vielleicht würden Sie Ihrem Ehepartner mehr Dingen geben, die er/sie sich wünscht oder Sie würden ein aktiveres Sozialleben führen.

Vor was wären Sie sicherer? Einem unsicheren Arbeitsmarkt? Steigenden Preisen, die Ihren Lebensstandards beeinflussen? Davor in einer Situation gefangen sein, die sich auf eine Art ändern könnte, die Sie nicht wollen und nicht kontrollieren können?

Was würden Sie mit der Freizeit tun? Mit Ihren Kindern verbringen oder mit Ihren Ehepartner oder Freunden?

Was dieser Dinge ist wichtig für Sie?

Würden Sie ein Hobby ergreifen, das Sie schon immer wollten oder mehr Zeit damit verbringen, als Sie jetzt können?

Welcher Schmerz würde verschwinden, wenn Sie erfolgreich sind? Sich mit Rechnungen abstrampeln? Ihre Kinder auf Schulen schicken, die sie nicht auf das Leben vorbereiten, das sie verdienen? Nein zu sagen zu Dingen, die Ihre Familie möchte? Der Stress und Ärger eines Jobs, den Sie hassen oder der Sie einfach zu Tode langweilt?

Es ist unmöglich Freiheit zu visualisieren. Es ist einfach, einen Samstagnachmittag mit Ihren Kumpels auf dem Golfplatz zu visualisieren oder eine Woche mit der Familie in einem beliebten Ferienort.

Abstrakte Sachen haben keine emotionale Kraft. Spezifische Dinge haben das. Werden Sie so spezifisch, wie Sie können, mit so vielen Dingen wie möglich.

Es gibt eine Sache, die für manche Leute trickreich sein kann. Das ist der Prozess die Kraft des Schmerzes anzupassen. Viele von uns verbringen unser ganzes Leben damit ohne den realen Schmerz zu betrachten, viel weniger als der Umgang mit den eingebildeten Schmerzen, die noch nicht mal existieren. Aber es sind genau diese eingebildeten Schmerzen, die die meiste Kraft haben. Deshalb ist es so hilfreich, sie spezifisch zu machen. Sie können einen realistischeren Blick darauf erreichen, was sie bedeuten und was es bedarf, mit ihnen umzugehen.

Oder zu erkennen, dass sie überhaupt nicht real sind.

Nochmal, Sie wollen die emotionale Bedeutung der erfreulichen Dinge, die Sie erhalten und der unerfreulichen Dinge, die Sie verlieren, maximieren. Gleichzeitig wollen Sie den emotionalen Einfluss der erfreulichen und unerfreulichen Dinge minimieren, die Sie bekommen, wenn Sie nichts dafür tun.

Erst legen Sie den Gang ein und dann stapeln Sie die Sachen auf, die Sie vorwärts bewegen, um die Kraft hinter Ihren Wünschen zu steigern. Treiben Sie die Dinge vorwärts, auf jede mögliche Art.

So entwickeln Sie unaufhaltsame Motivation.

....

Eine Sache, die regelmäßig aufkommt, wenn ich mit Menschen darüber spreche, ist, dass manche von ihnen nicht daran glauben, dass sie Erfolg haben können.

Machen Sie sich darum keinerlei Sorgen. Es ist nicht möglich, etwas wirklich zu wollen, von dem Sie nicht glauben, dass es möglich ist. Vielleicht denken Sie, dass es unglaublich cool wäre, hohe Gebäude mit einem Satz zu überspringen oder einen Güterzug aus voller Fahrt mit bloßen Händen zu stoppen, aber Sie wissen, dass das nicht möglich ist.

Sie werden es nicht wirklich wollen.

Vielleicht vermissen Sie etwas, das Sie nicht zurückbekommen können oder Sie fühlen sich schlecht wg. etwas, das Sie nicht beheben können, aber das sind keine Wünsche. Das sind Bedauern.

Wenn Sie etwas wirklich wollen, dann glauben Sie bereits, dass es möglich ist.

....

Also machen Sie eine Liste all der erfreulichen Dinge, die Sie bekommen werden, wenn Sie Ihr Ziel erreicht haben und der unerfreulichen Dinge, die verschwinden werden. Seien Sie spezifisch und malen Sie es sich mit dem kraftvollsten Einfluss aus, den Sie sich vorstellen können.

Machen Sie eine Liste aller Dinge, die Sie zurückhalten und den Schmerzen, die Sie vermeiden, dadurch, dass Sie Ihr Ziel nicht erreichen. Für so viele wie möglich überlegen Sie, wie Sie sie eliminieren oder machen Sie sie so unwichtig wie möglich.

Sobald Sie die Waage in Richtung Handlung bewegt haben, werden Sie es wissen.

Wenn Sie sich irgendwann entmutigt fühlen oder beginnen langsamer zu werden, gehen all diese Dinge im Geist durch. In relativ kurzer Zeit sollten Sie kleine Entmutigungen gar nicht mehr wahrnehmen und die größeren haben viel weniger Einfluss.

Wenn Sie mehr und mehr Erfolg erkennen, werden die positiven Dinge von alleine stärker und die negativen Dinge werden verschwinden, ohne dass Sie darüber nachdenken müssen.

An diesem Punkt haben Sie den Schwung, den Sie benötigen, um zu garantieren, dass Sie dort ankommen werden, wo Sie hin möchten und Sie werden dort auf großartige Art ankommen.

Ja. Es ist ein einfacher Prozess. Durchlaufen Sie ihn und Sie werden erkennen, dass er sehr wirksam ist.

Entlang des Weges werden Sie eine Menge über sich selbst lernen. Sie haben viel mehr auf Ihrer Seite als Sie wahrscheinlich derzeit wissen.

Das wird Ihnen helfen, das aufzudecken.

SCHLUSSWORT

Ich kenne Ihre Ziele oder Ihre Erfahrungen nicht, aber ich hoffe, dieses Buch war nützlich für Sie. Es wird Ihnen helfen, schneller dort anzukommen, wo Sie hin wollen. Und das mit weniger Schwierigkeiten und Hürden, die so oft im Weg stehen.

Und haben Sie etwas Spaß damit.

Erkennbarer Erfolg und Spaß auf dem Weg dorthin wird Ihnen helfen, sich vor den härteren Herausforderungen zu schützen, die Ihnen bei jedem Versuch Ihr Leben zu verbessern begegnen werden: Negative Menschen.

Ihr ganzes Leben hindurch werden Sie mit vielen Leuten zu tun haben. Wahrscheinlich mehr, als Sie im Augenblick glauben würden. Viele dieser Menschen werden härter daran arbeiten, Sie vom Glauben an Ihren Erfolg abzuhalten, als dass sie für sich selbst etwas Positives erreichen.

Sie werden wählen müssen, wem Sie zuhören und mit wem Sie sich umgeben.

Treffen Sie eine weise Wahl und erinnern Sie sich an die Worte von Laurie Anderson, die einmal gefragt wurde, „Wie gehen Sie mit all dem Negativen in der Welt um?“

Ihre Antwort: „Sie treiben sich mit den falschen Leuten herum.“

....

Ich freue mich von Ihren Gedanken zu dem Buch zu erfahren. Was hat geholfen, was nicht und wie denken Sie, könnte es nützlicher für Sie und andere sein.

Viel Glück, genießen Sie die Fahrt und denken Sie daran ...

Ihr Leben auf Ihre eigene Weise zu leben, ist das beste Schlusswort.

Paul Myers
paul@talkbiz.com
<http://www.talkbiz.com/>

Übersetzung
Götz Müller
<http://www.nlp-pm.de>