



Brennen für das, was du wirklich willst!



Frank Fiess

Erreichen, was wir wirklich wollen – das geht nur, wenn wir voll und ganz dafür gehen. Wer nicht brennt für das, was er will, wer sich nur lauwarm für seine Wünsche, Überzeugungen – für sich – einsetzt, wird niemals den Erfolg und die Freude am Erreichen der eigenen Ziele und seines gesamten Potenzials erfahren. Und statt dessen bis ans Lebensende mit Angst vor Ablehnung, Mittelmäßigkeit und Niedergeschlagenheit an einem Tisch sitzen.

*„Wenn sich jemand voller Vertrauen in Richtung seiner Träume vorwärtsbewegt und es wagt, das Leben zu leben, das er sich vorstellt, wird er unerwarteten Erfolg erleben.“
(Henry Thoreau)*

Abb: © Maksim Pasko - Fotolia.com



Strawinsky wurde bei seinen ersten Aufführungen mit fauligem Gemüse beworfen und er wurde beschimpft, nicht musikalisch zu sein. Leonardo da Vinci arbeitete heimlich – aus Angst, die Menschen könnten die enorme Kreativität seiner Projekte nicht verstehen und denken, er sei geisteskrank. Alexander Graham Bell wurde nach der Präsentation seines Telefons erklärt, es gäbe keinen Bedarf dafür. Die von mir sehr geschätzte Autorin Barbara Ann Brennan musste zwölf Absagen von Verlagen hinnehmen, bevor sie ihr erstes Buch „Licht-Arbeit“ schließlich selbst herausbrachte und damit einen Welterfolg errang. Diese Beispiele zeigen, dass

Potenzialentfaltung vor allem bedeutet, aus unserer persönlichen Komfortzone herauszukommen. Das heißt oft, zunächst einmal gegen den Strom zu schwimmen und uns unerschütterlich dafür zu engagieren, unsere Gaben und Talente zur vollen Blüte zu bringen und in die Welt zu tragen. Dabei werden wir fast immer mit unseren Ängsten konfrontiert. Wir haben häufig Angst, Fehler zu machen, ausgelacht zu werden oder nicht gut genug zu sein.

Die Entwicklung unserer Einzigartigkeit

Alle Menschen sind einzigartig! Manchmal, wenn ich im Café sitze und die vorbeispazierenden Menschen beobachte, staune ich, wie das Leben es schafft, dass jede Frau, jeder Mann und jedes Kind der ungefähr sieben Milliarden Menschen ein wenig anders aussieht. Und das bei einer Gesichtsfäche von nur zirka 20 mal 15 Zentimeter. Unseren Fingerabdruck gibt es nur einmal, ebenso wie unsere DNS. Wir sind einzigartig und haben alle großartige Gaben und Talente geschenkt bekommen.

Der Startpunkt bei der praktischen Entwicklung unseres Potenzials ist die Wiedergewinnung unseres gesunden Selbstwertes. Fast alle Menschen wurden durch Erziehung und schmerzhaft Erfahrungen auf ihrem Lebensweg in ihrem Selbstwert-Gefühl verletzt. Auch wurden die meisten Menschen nicht um ihrer SELBST – ihres SELBST – willen geliebt. So entstehen leicht Gefühle von Unsicherheit, Selbstzweifel, Minderwertigkeit oder die Kehrseite von beschädigtem Selbstwert: Hochmut, Kälte und Arroganz. Deshalb ist die Grundlage für das Erblühen unseres Wesens und die Entfaltung unseres Potenzials eine tiefe, innige und radikale Selbstliebe. Wir dürfen wieder lernen, uns in bedingungsloser Liebe in den Armen zu halten und unser bester Freund/unsere beste Freundin zu sein.

Die Macht kleiner bodenständiger Schritte

*„Wenn du bisher deine Schlösser in die Luft gebaut hast, dann sind sie da, wo sie sein sollen! Jetzt lass‘ uns ihnen ein Fundament geben!“
Henry Thoreau*

Als Nelson Mandela und seine Weggefährten in Robben Island eingesperrt waren, mussten sie kurze Hosen tragen. Damit sollte ihnen ihre Würde genommen werden. Mandela fragte nach langen Hosen – und schlussendlich bekamen sie lange Hosen! Dies war ein kleiner Schritt auf dem langen Weg, die Apartheid zu Fall zu bringen und die eigene Würde und die Würde des südafrikanischen Volkes wiederzugewinnen. Als Steven Jobs in einer Garage in Kalifornien seinen ersten PC baute, war nicht daran zu denken, dass daraus einmal die Weltfirma Apple mit ihrem gigantischen Erfolg werden würde.

Potenzialentfaltung bedeutet „nach langen Hosen fragen“! Dabei geht es nicht um Logik, Linearität, günstige oder ungünstige Umstände, sondern um das Brennen für das, was wir wirklich wollen, und die Bereitschaft, kompromisslos dafür zu einzustehen. Etwas Neues zu tun, bedeutet immer auch, dies zunächst einmal auf die „falsche“ Art zu tun, denn die „richtige“ Art gibt es ja schon! Es bedeutet immer, unsere persönliche Komfortzone zu verlassen, „den Kopf aus dem Fenster zu strecken“ und das, was wir zu geben haben, auf unsere ureigene Weise zu sein, zu sagen, zu tun und zu verkörpern.

Potenzialentfaltung ist kreative Neuschöpfung! Sie hat immer etwas mit Sinn-Entfaltung zu tun: Wenn wir das, was wir sind, und das, was wir können, ausdrücken und mit der Welt teilen, dann heilen wir. Wenn wir durch das Teilen unserer Gaben und Geschenke Sinn erleben, dann macht uns das glücklich! Es schenkt uns das tief berührende Gefühl: Aha, das, was ich zu geben habe, dient, nutzt und hilft anderen Menschen und bereichert ihr Leben.

Letztendlich sind die Millionen Süchtigen in unserer Gesellschaft – süchtig nach Drogen, Alkohol, Nikotin, Sex, Anerkennung... – alle auf der Suche nach tieferem Sinn. Sucht sucht ... Sinn, Seele und die Erfahrung: „Ich bin ein wertvoller Teil, ich gehöre dazu und das, was ich bin, und das, was ich zu geben habe, wird geschätzt und gewürdigt.“

Die Komfortzone verlassen

Weisheit auf dem Weg der Potenzialerfüllung bedeutet, dass wir nicht in einem isolierten Bereich Erfolg anstreben, sondern bereit sind, schon jetzt Tag für Tag in allen Bereichen ein erfolgreiches und selbstbestimmtes Leben zu führen. Es gibt nichts Erregenderes, wenn wir unser Wesen, unsere Richtung und unser Ziel kennen, als jeden Tag praktisch etwas für unsere Ziele und Träume zu tun! Das bedeutet auch, eine gesunde Frustrations-Toleranz zu entwickeln. Alle, die schon einmal „den Kopf aus dem Fenster gestreckt haben“, wissen: sich mit dem zu zeigen, was einem wichtig ist, bedeutet auch, sich angreifbar zu machen und kritisiert zu werden.

Wenn dies geschieht, ist es eine großartige Gelegenheit „Tempohärte“ – wie Läufer sagen – zu entwickeln, also die Fähigkeit, unbeirrbar unserem Anliegen bis zum Erreichen unseres Zieles treu zu bleiben. Auch die Entwicklung einer spielerischen Haltung, von Humor und der Fähigkeit, über uns selbst und herausfordernde Situationen zu lachen – im Sinne des Zen-Meisters Hakuin („Aha, so ist das!“) – sind wichtige Schritte auf dem Weg der Potenzialentfaltung.

Wenn wir unsere Komfortzone wirklich verlassen, begegnen wir immer auch unseren Hauptlebensmustern, die wir mit Mutter, Vater und anderen nahen Menschen gelernt haben. Dies ist eine großartige Gelegenheit, diese Muster weiter zu heilen und uns darüber hinauszubewegen.

Du bist schon jetzt dein Ziel

Die Quantenphysik hat uns gezeigt, was die alten Mystiker schon seit jeher wussten: dass wir schon jetzt untrennbar mit unseren Zielen, Träumen und Visionen verbunden sind. Indianische Kulturen nennen dies „das heilige Gewebe des Lebens“. Dieses Bewusstsein ist essenziell! Ergänzend zu allen unseren Schritten und Handlungen, unserem Heraustreten aus der Komfortzone, unserer „kreativen Besessenheit“, unbeirrbar „nach langen Hosen zu fragen“ ist es wichtig, dass wir uns immer wieder Zeit und Raum nehmen für die wichtigsten Bausteine der Neuschöpfung:

- unser Ziel in unseren Atem bringen
- die Wiederholung der kristallklaren Gedanken, die unser Ziel betreffen
- diese Gedanken bis in jede Zelle und in unser Gefühl bringen
- unser Ziel, Projekt, Anliegen mit allen Sinnen, Bildern, Farben, Düften, Geräuschen, Tönen als voll erfüllt erleben
- es hier und jetzt sein und verkörpern
- dem Leben und dem Großen Geist schon jetzt aus tiefstem Herzen danken für das Erreichen unseres Ziels

„Die Zukunft gehört denen, die an die Schönheit ihrer Träume glauben.“
Eleanor Roosevelt

In diesem Sinne: Let´s go to work, let´s do it and let´s celebrate!

Die praktischen Schritte der Potenzial-Entfaltung

1. Tiefe, innige, radikale Selbstliebe – die Bereitschaft, unser einzigartiges, authentisches Wesen zu verkörpern – das Original sein, das wir sind.
2. Wo stehe ich? Radikale Ehrlichkeit – mir nicht mehr in die Tasche lügen.

3. *Was kann ich? Was sind meine Gaben und Talente? Was sind meine Stärken und was macht mir Freude? Wobei bin ich glücklich?*
4. *Was will ich? Kristallklare Zielbestimmung! Woran erkenne ich, dass ich mein Ziel erreicht habe? Wie fühlt es sich an und wie verändert und bereichert es mein Leben?*
5. *Die einzelnen Etappen und Zwischenschritte genau festlegen. Unter Zeugen die Verpflichtung eingehen, jeden Tag etwas für das Erreichen der Zwischenschritte und des großen Ziels tun.*
6. *Eine Kultur der Dankbarkeit, der Anerkennung und des Feierns in unseren Alltag bringen. Jeden noch so kleinen Schritt würdigen und feiern.*
7. *Die Fähigkeit, uns zu korrigieren und zu entwickeln, uns immer weiter in Richtung Meisterschaft zu bewegen.*
8. *Die Bereitschaft, die Dinge zu tun, vor denen wir Angst haben – die Bereitschaft „Fehler“ zu machen und eine spielerische, humorvolle Haltung zu entwickeln.*
9. *Bündnispartner suchen, uns unterstützen lassen und anderen Menschen erlauben, einen Beitrag zum Erreichen unseres Zieles zu leisten.*
10. *Das Erreichen unseres Zieles feiern und erfahren, dass unsere Kreativität grenzenlos ist.*

Weitere Infos unter: www.frankfiess.de und www.institut-lebenskunst.de



Namastè