



LEKTION 6 | KEINE AUSREDEN MEHR

(AUCH WENN SIE NOCH SO WAHR KLINGEN)

Nun müsstest Du schon ordentlich in Bewegung sein, liebe Sheroe oder?

Du solltest Dir folgendes gönnen:

- Mindestens dreimal täglich visualisieren
- Drei Handlungen pro Tag
- Tägliche Meditationen
- Täglich Schreiben
- Natur
- Tanzen
- Feiern

Huiii...da wird richtig Kraft freigesetzt! Höchste Zeit also, ein paar **Energielecks** zu schließen.

Wenn Du ein Leben führen willst, das rockt, verkneife Dir ab jetzt jegliches Jammern und wirf all Deine Ausreden über Bord.

Es reicht! Lass sie sterben, indem Du sie nicht mehr bedienst. Verabschiede die Stimme des Opfers in Dir. Sie schwächt Dich. Sie macht Dich von der kurzfristigen Erregung des Meckerns emotional abhängig. Es reicht!

Stattdessen sei bereit, die hundertprozentige Verantwortung für Dein Erleben der Wirklichkeit zu übernehmen.

Wohlgemerkt: Nicht Du allein erschaffst Wirklichkeit, aber, wie Du sie erlebst, das liegt vollkommen in Deinen Händen.

(Bevor du Dich gerade unnötig aufregst, lies die genaue Differenzierung.)

Ich sage nicht (wie es in manchen Lebenshilferatgebern steht), Du wärest für alles verantwortlich, was geschieht. Ich sage: Übernimm zu hundert Prozent die Verantwortung dafür, **wie Du erlebst und interpretierst**, was geschieht.

Das Universum ist ein großes Gewusel multikausaler Verstrickungen. Zu behaupten, ein Ereignis wäre eindeutig nur durch dieses oder jenes Handeln von dieser oder jener Person hervorgerufen, ist eine sehr unbewusste Vereinfachung ultrakomplexer Abläufe. Alles wirkt ständig auf alles ein.

Doch das enthebt Dich nicht Deiner Verantwortung für **Dein Leben**.

Manche bleiben ein halbes Leben neben jedem Misthaufen sitzen und erklären sich selbst und jedem, der so gutmütig ist, stehenzubleiben und zuzuhören, warum sie deshalb nicht weitergehen können. Andere regen sich kurz auf und laufen elegant um den Misthaufen herum. Und dann gibt es die Pfiffigen, die eine Tüte auspacken, den Haufen einpacken und denken: „Großartig, daraus mache ich zuhause den besten Mist für meine Blumenwiese.“

Natürlich hat das, was Du von diesem Leben mit auf die Reise bekommen hast, einen Einfluss darauf, was, und wie Du wahrnimmst. **Doch irgendwann solltest Du die Karten, die Du zu Beginn zugeteilt bekommen hast, einfach akzeptieren und das bestmögliche Spiel draus machen!**

Wofür soll das bitte gut sein, Dein Leben lang Gründe zu sammeln, um heute nicht glücklich zu sein? Das ergibt doch null Sinn. Ich nenne es **freie Wahl**. Irgendjemanden oder irgendetwas gibt es auf diesem unperfekten Planeten immer, den oder das Du dafür anklagen kannst, dass Du nicht hast, was Du eigentlich willst.

Ein paar Fragen (und meine persönlichen Antworten darauf):

- An wen oder was hast Du bis heute noch Deine Verantwortung abgegeben? An das, was in Deiner Kindheit passiert ist?
Ich respektiere Deinen Schmerz, doch hast Du nicht genug gelitten? Es reicht!
- Du hast nicht genug Geld, um Deine Träume zu verwirklichen?
Wer sagt, dass man Geld braucht, um anzufangen? Du brauchst Passion, Besessenheit und ´ne Garage 😊 Es reicht!
- Dein Partner zieht nicht mit?
Logisch macht er das nicht, denn sein Job ist es, all Deine lahmen, ängstlichen, zweifelnden Anteile widerzuspiegeln. Es reicht!
- Du bist körperlich gehandicapt?
Bitte google mal Nick Vujicic! Es reicht!
- Du hast nicht genug Zeit?
Ach komm, lass Dir etwas Besseres einfallen. Wenn Du auf diesem Planeten lebst, bekommst Du genau wie sie jeden Tag 24 Stunden zugeteilt. Es reicht!

KILLE DEINE AUSREDEN!

So, jetzt bist Du dran. Sei gründlich. Schreibe alle Ausreden, die Du gern benutzt, um Dir zu erklären, warum Du nicht mit voller Power für Deine Heldinnenreise gehen kannst, **auf einen Zettel**. Lese sie Dir noch einmal durch und erlaube Dir körperlich zu spüren, was sie Dich an Lebensenergie kosten.

Und dann frage Dich sehr ehrlich: **Bin ich bereit, darauf zu verzichten?**

Wenn Du ein klares **JA** bekommst, verbrenne den Zettel.

Du musst wissen, ohne Ausflüchte und Jammern wird Dein Leben viel potenter, wirksamer, ekstatischer. Du wirst zuverlässiger. Deine Mitmenschen, Du selbst und auch das Universum **können voll auf Dich zählen, wenn Du keine Ausreden mehr benutzt.**

ZU GUTER LETZT

Mach es amtlich!

Bitte ankreuzen:

- Ich möchte lieber weiter Opfer sein.
- Keinen Bock mehr, es reicht! Ich wechsle zu den Schöpferinnen.

Datum: _____

Unterschrift: _____

(Ach ja! Das Universum schaut Dir gerade aufmerksam über die Schulter 😊.)