

Ängste - gut oder schlecht?

Erinnern Sie sich noch an folgenden Satz

**Je weniger ist auf etwas angewiesen bin,
umso besser meine Gewinnschancen!**

Dieser Satz beinhaltet eine der großen Gewinnerwahrheiten.

Warum ist das so?

Solange Sie glauben, dass Sie sich das Verlieren nicht leisten können, haben Sie Angst vor dem Verlieren.

Diese Verlustangst wird dann zu Ihrer Hauptmotivation.

Kann Angst Sie vorwärtsbringen?

Können Sie gewinnen, solange Sie Angst vor dem Verlieren haben?

Nie und nimmer!

Warum?

Solange Sie von der Angst beherrscht werden, haben Sie keine Gewinnerhaltung. Und ohne eine solche innere Haltung können Sie auch nicht gewinnen.

Ist die Angst nun grundsätzlich schlecht?

Sie wissen bereits, dass die Hauptaufgabe Ihres Unterbewusstseins - welches wir im Rahmen dieses Programms „Egon“ genannt haben - darin besteht, für Ihr Überleben zu sorgen.

Die Angst ist ein Warnsignal. Damit weist Sie Egon auf etwas hin, das er als bedrohlich wahrnimmt.



Aber ...

für Egon ist jede beabsichtigte Änderung bereits eine Bedrohung, egal, ob es sich dabei um eine neue Sichtweise, um andere Lebensumstände oder um eine reale Gefahr handelt.

Damit Egon Sie in Sicherheit halten kann, muss er dafür sorgen, dass der Status Quo aufrecht erhalten bleibt!

Einige Gefahren werden durchaus real sein und Egon tut gut daran, Ihnen einen Schreck einzujagen, falls Sie zum Überholen ansetzen und es kommt Ihnen ein Auto entgegen.

Andere - und zwar sogar die meisten - Ängste sind aber nichts anderes als das Produkt von Egons hyperaktiver Vorstellungskraft. Die Gefahr erscheint zwar real, in Wirklichkeit besteht sie jedoch gar nicht.

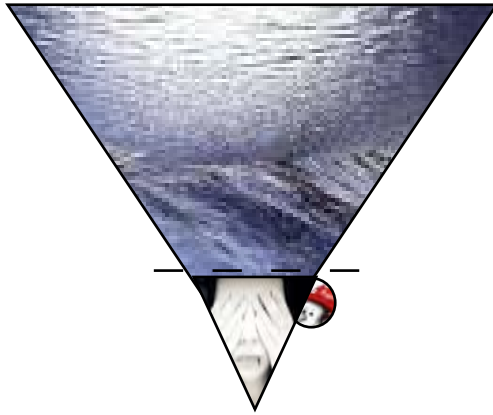
Leider verhält es sich so, dass Ängste eine hohe „Realisierungschance“ haben. Wenn Sie daran glauben, werden sie sich wahrscheinlich verwirklichen.

Wenn Sie im Spiel des Lebens gewinnen wollen, müssen Sie Ihre Ängste deshalb in den Griff bekommen.

„Was ich befürchtete,
kam über mich“
- Hiob


Wenn ich könnte, wie ich wollte, wäre ich ...
a) b) c)
Wunscherfüllung mit System
Seite 108

Dass die Angst kommen wird, steht außer Frage. Sobald Sie sich anschicken, Ihren vertrauten Horizont - den wir in diesem E-Book als Dreieck dargestellt haben - zu verlassen, wird sich Egon unverzüglich zu Wort melden:



Was hilft Ihnen jetzt?

Eine symbolische Hilfe haben Sie bereits kennen gelernt:

Ihr Klebeband.

Und falls Egon dennoch nicht zu flüstern aufhört ...?



Hier nun acht Punkte, die Ihnen helfen, aus dieser „Box“, „Komfortzone“ oder aus diesem „V-Ausschnitt“ herauszukommen:

Machen Sie sich zunächst bewusst, dass **Egon** Angst nicht - nicht Ihr wahres Selbst. Sie sind nicht Egon!

Schritt 1 ist also:

1. Egon hat Angst.

2. Es ist völlig in Ordnung, dass Egon Angst vor dem Neuen hat.

3. **Sie** sind nicht Egon. Sprechen Sie deshalb mit dieser Instanz. Danken Sie Egon dafür, dass er Sie vor einer möglichen Gefahr warnen möchte.

Ihr wahres Selbst hat nun zur Kenntnis genommen, dass Angst vorhanden ist.

Jetzt stehen Ihnen wieder zwei Möglichkeiten offen:

4. Sie stehen einer realen Gefahr gegenüber. In diesem Fall entscheiden Sie, wie Sie sich ihr stellen wollen - oder:

5. Sie merken, dass in Wirklichkeit überhaupt keine Gefahr besteht. Jetzt können Sie lächeln und den „Fehlalarm“ ignorieren.

Falls dennoch eine echte Gefahr besteht:

6. stellen Sie sich den schlimmstmöglichen Fall vor.
Was bringt das mit sich?
Sie sind also bereit, notfalls auch zu verlieren.

7. Dann stellen Sie sich vor, dass dieser angenommene „GAU“ **bereits eingetroffen** sei. Es ist bereits vorbei!

Wie würden Sie sich dann fühlen?

GAU = größter anzunehmender Unfall

Auf Seite 43 lasen Sie im E-Book:

*„... nicht selten passiert dieses Überschreiten der Linie hin zu mehr Geschehenlassen, nachdem etwas Traumatisches oder Einschneidendes passiert ist:
Ein Unfall, eine Scheidung, ein Bankrott oder eine schwere Krankheit, oder auch Familienzuwachs“*

Das wäre in diesem Fall der „Super-GAU“.

8. Jetzt haben Sie sich Ihrer Angst gestellt und den „GAU“ akzeptiert.
Das Schlimmste ist bereits vorbei.
Es ist ausgestanden!

Jetzt ist der Weg
frei für eine
positive Entscheidung!



 **Wenn ich könnte, wie ich wollte, wäre ich ...**

a) b) c)

Wunscherfüllung mit System

Seite 110