



Mit Schwung etwas Neues anfangen

„... ich würde ja gern ... aber ich bin zu alt, zu eingerostet und festgefahren ... habe nicht so einen Elan ... kein Geld ... keine Zeit ... mit Kindern geht das nicht ... Meist gibt es gefühlte eine Million Gründe, warum Menschen etwas Neues, das sie sich wünschen, nicht anpacken. Und dann bleibt alles beim Alten und oft ein Gefühl von Unzufriedenheit. Denn ein Teil von einem selbst, der weiß: Du hättest es angehen können. Und es dann auch schaffen können! Ich nenne diesen Anteil in einem Menschen den „Weiterentwickler. Der „Gegenspieler“ ist der „Sicherheitsbedachte“. Wenn der spricht, hat er unsere Sicherheit im Blick – und das heißt immer: dieser Anteil will des Status Quo erhalten. Unser Gehirn „tickt“ so. Aber unser Gehirn kann sich auch weiterentwickeln – und dafür haben wir einen inneren Weiterentwickler. Spannend, wer sich wann wie durchsetzt, meinen Sie nicht auch? Schauen wir uns doch einmal an, was die beiden Anteile beispielsweise sagen könnten:

Der Sicherheitsbedachte sagt:
Es ist zu spät, Chance vertan!



Der Weiterentwickler sagt:
Mach es – jetzt!

„Jetzt ist es zu spät, das hätte ich vor fünf Jahren machen müssen.“ sagen Menschen oder „Der Zug ist abgefahren!“. Sie klingen dabei oft traurig, wütend oder resigniert. Woher haben wir diese Einstellung eigentlich? Ich glaube, es gibt in unserer Gesellschaft einen Mythos, der sagt, dass Menschen jenseits der 35 nicht mehr für „Neues“ geschaffen seien. Wenn Sie jetzt einmal überlegen, dass die statistische Lebenserwartung der heute 40jährigen Männer bei 43,7 Jahren liegt, dann wird Ihnen hoffentlich klar, dass das ausgemachter Blödsinn sein muss. Denn es würde ja bedeuten, dass Sie sich die H ä l f t e Ihrer L e b e n s z e i t nicht mehr entwickeln werden. Wie sollte denn dann Ihre Zukunft funktionieren? Ein 50jähriger Mann hat heute immerhin noch statistische 34 Jahre vor sich. Und Sie wissen ja, bei Frauen ist es immer noch ein bisschen mehr. Alles, was mit „es lohnt sich nicht mehr ...“ beginnt, sollten Sie als das behandeln was es ist: irgendeine veraltete Gehirnwäsche! Lassen Sie solche Ausreden nicht zu. Sie sind über fünfzig und wollen in die Berge? Dann los, denn je länger Sie warten, desto flacher sind letztendlich die Gipfel, die Sie noch erreichen können.

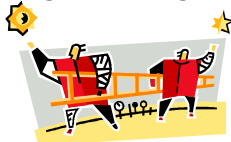
Der Sicherheitsbedachte sagt:
Das wird von mir erwartet.



Der Weiterentwickler sagt:
Wähle selbst!

Wenn Sie etwas Neues beginnen, ist mit das wertvollste, dass Sie selbst diese Wahl treffen. Sie wählen selbst. Sie allein legen fest, was Sie tun, wie Sie es tun und wann. Und was Sie nicht tun. Und Sie werden feststellen: Wenn Sie das machen, was Ihrem Inneren entspricht, kommen Motivation, Schwung und Ausdauer von ganz allein. Denn das ist das „Geheimnis“ schwungvoller, energiegeladener, begeisternder Menschen: Die wählen aus ihren Möglichkeiten und gehen dann einfach nur ihren eigenen Weg. Der Esprit kommt dabei von ganz allein!

Der Sicherheitsbedachte sagt:
Jetzt muss es schnell gehen!



Der Weiterentwickler sagt:
Nimm dir deine Zeit!

Viele Menschen, die Neues dann doch (endlich) anpacken, machen einen entscheidenden Fehler: Sie sind zu ungeduldig mit sich selbst. Tappen Sie nicht in diese Zeitfalle. Nehmen Sie sich die Zeit, die Sie persönlich benötigen. Vergleichen Sie nicht. Vergleichen Sie sich weder mit anderen Personen (wer das „Spiel“ spielt verliert immer) noch mit sich selbst. Vergleichen Sie sich vor allem nicht, um sich selbst abzuwerten. Viele benutzen Andere, um sich selbst als klein, dumm, hässlich, langsam usw. abzuwerten. Vergleichen Sie sich mit dem Menschen und den Möglichkeiten, die Sie jetzt-hier-heute haben. Das ist fair!

Ihre Wera Nägler

