

JOY FRASER

Wie man sich seinen
Traumpartner
erschafft

Sachbuch

Eine Anleitung
zum Glücklichsein

SIEBEN **V**ERLAG

*Wie man sich seinen
Traumpartner
erschafft*

Joy Fraser

SIEBEN  VERLAG

E-Book

Sieben Verlag © 2012
Covergestaltung: © Nordstern Design
ISBN-Taschenbuch: 978-3-941547-07-0
ISBN-eBook-PDF: 978-3-864430-30-5
ISBN-eBook-Epub: 978-3-864430-31-2
www.sieben-verlag.de

Vorwort

Liebe Leser,

bevor wir uns an die Arbeit machen, unseren Traumpartner zu erschaffen, müssen wir ein paar grundlegende Dinge ansprechen.

Zum Thema ‚wie funktioniert die Wirklichkeit‘ gibt es etliche Werke in den Buchhandlungen. Und jedes hat seine Berechtigung, denn sie alle weisen einen möglichen Weg. Die Wissenschaft konnte bereits viele Rätsel des Lebens entschlüsseln. Aber noch immer haben wir keinen Gott gefunden, da draußen in den Weiten des Alls, oder hier unten, in den kleinsten Zellen unseres Körpers. Wir kennen unseren Schöpfer nicht und tappen noch immer im Dunkeln, auf der Suche nach Antworten auf die Fragen: Wie und warum funktionieren wir eigentlich? Wie funktioniert das Universum? Welche Ursachen schaffen welche Wirkungen?

Inzwischen fand man heraus, dass wir in unseren kleinsten Zellen, unseren winzigsten Bestandteilen, aus reinem Geist bestehen. Aber noch immer haben wir keine Ahnung, wozu dieser überhaupt fähig ist.

Esoterische Ratgeber behaupten oft Unglaubliches, das der Einzelne aber nur schwer nachvollziehen, geschweige denn nachmachen kann. Nur 10 Minuten täglich die ‚Fünf Tibeter‘ turnen, 5 Minuten vor dem Spiegel beteuern, dass man sich selbst liebt und dass ab heute alles anders wird, die Wohnung mit affirmierenden Stickern vollkleben, auf denen Dinge stehen wie: ‚ich bin schlank, schön und reich‘, 20 Minuten ‚Autogenes Training‘ gegen Übergewicht mit anschließender ‚ich-habe-alles-im-Griff‘ Meditation, das Abendgebet nicht vergessen, so man religiös ist, Wünsche ans Universum schicken ... ist zusammengenommen ein Pensum, das kaum ein arbeitender Mensch bewältigen kann. Außerdem ist es fraglich, dass die Natur uns dazu erschaffen hat, uns derart zu quälen, um glücklich zu sein.

Es muss auch einen einfacheren Weg geben!

Den gibt es, wenn er auch nicht unbedingt einfacher ist, so doch zumindest bequemer, denn er findet nur im Kopf statt. Denselben benutzen Sie jede Sekunde des Tages und auch der Nacht, und am Ende dieser Lektüre werden Sie feststellen – nicht unbedingt zu Ihrem Vorteil.

Die meisten Steine legen Sie sich nämlich selbst in den Weg. Dieses Buch soll dazu beitragen, diese Steine wegzuräumen und den Weg freizumachen, zu einem erfüllteren, zufriedeneren Leben. Ich habe versucht, die Möglichkeiten des Geistes für jeden ausprobierbar und alltagstauglich aufzuschreiben, und wünsche viel Spaß und Erfolg mit meiner Methode, die sich in einigen Punkten von denen meiner geschätzten Kollegen zu diesem Thema unterscheiden. Viele Wege führen nach Rom – ein jeder finde seinen eigenen.

Entscheidungen treffen

Eigentlich ist es ganz logisch. Wenn nichts entschieden wird, bewegt sich nichts. Darüber mag sich so mancher Arbeitnehmer, nennen wir ihn Bert, in täglichen Meetings im Büro ärgern. Und dennoch zieht Bert nicht den naheliegenden Bezug zu seinem eigenen Leben.

Bert hasst seinen Job schon seit Jahren. Auch zu Hause ist er nicht glücklich, denn sein langes Gesicht am Abend bewegt seine Gattin nicht gerade dazu, ihn in Dessous an der Tür zu begrüßen. So kommt eins zum anderen. Die Ehe steckt in einer Krise, der Chef verursacht Bert ein Magengeschwür. So kann es nicht weitergehen, sagen alle Freunde zu Bert.

Aber Bert hat Angst. Was, wenn ein neuer Job genauso in die Hose geht? Vielleicht liegt es ja an ihm, vielleicht ist er nicht teamfähig? Er würde das Haus verlieren und seine Frau endgültig ebenfalls. Die Angst, in einem neuen Job wieder zu versagen, die Schulden, die Befürchtung, überhaupt keinen neuen Job mehr zu finden, lähmen Berts Entscheidungsfähigkeit. Er stagniert. Nichts passiert, außer, dass er immer unglücklicher wird.

Bert sitzt schließlich in seiner Lieblingskneipe und weint in sein Bier. Plötzlich kommt ihm die Erleuchtung. Wenn sowieso schon alles furchtbar ist, wie schlimm könnte es noch werden? Was spricht dagegen, endlich eine Entscheidung zu treffen?

Am Samstag kauft er die Zeitung und geht die Stellenangebote durch. Schon fühlt er sich besser. Allein, diese Entscheidung getroffen zu haben, gibt ihm neue Energie und er ist voller Tatendrang. Nun wird alles besser.

Zu Berts unendlicher Verblüffung eröffnet man ihm am Montag im Büro, dass sein verhasster Chef versetzt wird. Bert weiß nicht, was er nun tun soll und wägt die Dinge ab. Seine Entscheidung allein hat bereits eine Veränderung gebracht. Oder war das nur Zufall?

Auf alle Fälle war es gutes Timing und Bert freut sich. Er wird in der Firma bleiben und erst mal abwarten, wie der neue Chef so ist. Sich für eine andere Stelle bewerben kann er dann immer noch.

In den meisten Fällen nimmt Bert die Macht seiner Entscheidungen nicht wahr. Er schiebt es auf den Zufall. Auffällig an solchen Zufällen ist aber, dass sie immer dann auftreten, wenn Bert endlich eine bewusste Entscheidung getroffen hat.

Langes Dahinschleppen von widrigen Umständen liegt immer an der Entscheidungslähmung von Bert.

Deshalb ändern sich auch Berts andere Lebenslagen nicht von allein, mit denen er zwar unwillig, aber dennoch leben kann. Weil keine Kraft hinter der Entscheidung liegt, etwas ändern zu *wollen*.

Viele Menschen sind schon so abgrundtief frustriert, dass sie überhaupt keine Kraft mehr besitzen. Aber man kann das verhindern, indem man beherzt eingreift, bevor man völlig den Elan am eigenen Leben verliert.

Warum ist es so schwer, Entscheidungen zu treffen?

Entscheidungen erzeugen Konsequenzen. Vielleicht sind welche dabei, die wir übersehen haben, und das könnte unangenehm werden. Deshalb lieber keine Entscheidungen treffen. Am Ende wird alles nur noch schlimmer.

Manche denken, es stünde ihnen nicht zu. Das Schicksal ist ohnehin unabwendbar.

Andere glauben, Hoffen und Harren hält manchen zum Narren, und das Leben ist nun mal ein Jammertal.

Gläubige Menschen beten zu Gott. Ein Gebet von Bert hat vor kurzem noch so ausgesehen:

„Lieber Gott, ich hasse meine Arbeitstelle. Bitte gib mir eine neue. Aber ich habe Angst vor einem Vorstellungsgespräch, deshalb lieber doch nicht. Außerdem will Gerlinde nicht von hier fortziehen, und vielleicht hast du nur einen Job 500 Kilometer weit weg für mich. Ach, ich weiß auch nicht was ich will, entscheide du.“

Aber Gott entscheidet nicht für uns.

Er, oder das Universum, liefert nur das, was wir wirklich haben wollen. Und solange wir das nicht in eindeutige Worte mit den dazugehörigen, überzeugten Emotionen fassen können, liefert er sicherheitshalber gar nichts. Es wäre auch wirklich eine Katastrophe, wenn das Universum uns sämtliche unüberlegten und unbedacht dahergesagten Wünsche sofort materialisieren würde. Gott sei Dank gehört etwas mehr dazu. Und zwar der menschliche Wille, sein Bewusstsein. Im wahrsten Sinne des Wortes: Bewusst-*sein*.

Nun hat Berts Gebet ein Update erfahren und klingt ungefähr so:

„Ich habe die Nase voll von der Situation! Ich will jetzt sofort eine Lösung! Mir reicht's, Gott! Ist mir egal, was noch alles auf mich zukommt, das hier mache ich nicht mehr mit! Ich suche mir einen neuen Job, basta!“

Das ist endlich einmal eine Aussage, lieber Bert. Damit kann Gott etwas anfangen.

Was zu tun ist:

Treffen Sie die klare, von ganzem Herzen kommende Entscheidung für einen Traumpartner. Lassen Sie alle eventuell damit verbundenen zu erwartenden Schwierigkeiten erst einmal außer Acht. Um die kümmern wir uns später.