

Lasko · Personal Power

Wolf W. Lasko

Personal Power

Wie Sie bekommen,
was Sie wollen

GABLER

Lasko, Wolf W.:

Personal power : wie Sie bekommen, was Sie wollen / Wolf W.

Lasko. - Wiesbaden : Gabler, 1995

ISBN-13: 978-3-322-84734-8 e-ISBN-13: 978-3-322-84733-1

DOI: 10.1007/978-3-322-84733-1

Der Gabler Verlag ist ein Unternehmen der Bertelsmann Fachinformation.

© Betriebswirtschaftlicher Verlag Dr. Th. Gabler GmbH, Wiesbaden 1995

Softcover reprint of the hardcover 1st edition 1995

Lektorat: Manuela Eckstein



Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Höchste inhaltliche und technische Qualität unserer Produkte ist unser Ziel. Bei der Produktion und Verbreitung unserer Bücher wollen wir die Umwelt schonen: Dieses Buch ist auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt. Die Einschweißfolie besteht aus Polyäthylen und damit aus organischen Grundstoffen, die weder bei der Herstellung noch bei der Verbrennung Schadstoffe freisetzen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, daß solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Umschlaggestaltung: Schimpf und Partner, Wiesbaden

Satz: FROMM Verlagsservice GmbH, Idstein



Für Caty

Prolog

Träume, Wünsche, Visionen – es spielt keine Rolle, welches Wort Sie benutzen, wenn Sie von den Dingen sprechen, die Sie in Ihrem Leben zu verwirklichen hoffen. Doch irgendwann stehen Sie vielleicht vor der Frage, ob es nicht doch nur Illusionen sind – nicht umsetzbar, nicht erreichbar, unbrauchbar für ein Leben in der Realität. Und Stück für Stück verabschieden Sie sich von all dem, was Ihnen ein erfülltes Leben versprach. Die Sehnsucht aber bleibt.

Was der Mensch denken kann, das kann er auch erreichen. Und das, worauf die Träume und Visionen aufbauen, sind Ihre Gedanken. Was aber hindert Sie daran, diese Gedanken Wirklichkeit werden zu lassen? Ist es denn so schwierig, Gedanken in die Tat umzusetzen?

Sicher, manches ist einfach nicht realisierbar, wenn die Voraussetzungen fehlen. Was nützt Ihnen der Traum von einem gefeierten Opernstar, wenn selbst das Wasser in der Badewanne sich kräuselt, sobald Sie die ersten Töne anschlagen? Diesen Traum sollten Sie getrost mit in den Schlaf nehmen, in Ihrem bewußten Leben hat er wirklich nichts verloren. Aber vieles andere von dem, was Sie sich vorstellen und erhoffen, ist durchaus zu erreichen, wenn die Übereinstimmung von drei wichtigen Voraussetzungen gegeben ist: Sein, Können und Wollen. Sein bedeutet, daß der Wunsch Ihren Talenten, Ihrem wahren Wesen entspricht. Können beinhaltet die Fähigkeiten und Voraussetzungen, um die Talente umzusetzen. Und Wollen heißt, den Wunsch als ein bewußtes Ziel zu definieren und dieses mit aller Kraft anzustreben.

Viele Menschen verwenden kostbare Zeit darauf, ihre Talente und Fähigkeiten zu erforschen, daraus Ziele abzuleiten und sie zu formulieren. Das ist gut und richtig. Doch obwohl sie aus ganzem Herzen dieses Ziel verwirklichen wollen und immer neue Strategien entwickeln, um es zu erreichen, bleibt der Erfolg aus.

Sollten Sein, Können und Wollen vielleicht doch nicht genügen? Gibt es womöglich eine geheime Zauberformel, die nur den Erfolgreichen der Welt bekannt ist? Nun, wenn Sie so wollen, es gibt etwas, was sofort jedes Ziel zunichte macht, wenn es nicht angewandt wird. Es ist die Brücke zwischen Theorie und Praxis: Handeln! Und das ist die Crux, die uns so häufig daran hindert, das zu leben, was wir sind, was wir können und was wir wollen.

Handeln ist Risiko. Handeln treibt heraus aus dem gewohnten, bequemen, sicheren Leben und führt auf noch nicht gegangenen Wegen in unbekanntes Neuland. Nichts läßt im Menschen mehr Ängste, Zweifel und Unsicherheiten entstehen als der Schritt aus der vertrauten Umgebung. Alles wird in Frage gestellt, tausend Gründe sprechen dagegen. Der Verstand läuft Amok, die Gefühle wenden sich mit Grausen ab. Und mit vereinten Kräften ziehen sie uns zurück, sobald wir uns dazu entschließen, den Schritt zu wagen. Dann stehen wir wieder am Ausgangspunkt, zwar in Sicherheit, aber erfolglos, frustriert, verzagt.

Was muß eigentlich passieren, damit wir endlich das umsetzen, was wir im Kopf haben, damit wir endlich das erreichen, was unseren Träumen, Wünschen und Visionen entspricht? Eines ist sicher: Niemand kann Ihnen das abnehmen, was Sie selbst nicht wagen. Niemand kann Sie von den Sorgen, den Unsicherheiten, den ängstigen Gedanken und Gefühlen des Zweifels befreien. Es sein denn, Sie selbst. Deshalb kann es nur die eine, wenn auch paradoxe Antwort geben: Handeln Sie!

Fähigkeiten haben Sie genügend, um tatsächlich das erreichen zu können, was Sie sich vorstellen. Wenn Sie den Mut zum Handeln fassen, wenn Sie sich Schritt für Schritt in unbekannte Gebiete wagen, werden Sie das gesamte Potential Ihrer Personal Power erkennen, nutzen und vergrößern. Weshalb also noch Zeit verlieren, wenn Sie einmal beschlossen haben, aufzubrechen? Sie können nur gewinnen!

Inhaltsverzeichnis

rolog	7
Die rote Linie	13
Das Geheimnis der roten Linie	13
Die Angst ist die Mutter aller Befürchtungen	17
Erste Verpissler-Route: die intellektuelle Variante	19
Zweite Verpissler-Route: die Ersatz-Variante	21
Dritte Verpissler-Route: die Vermeidungs-Variante	22
Wer sich nicht in Gefahr begibt, kommt dennoch um	23
30 Zentimeter	25
Das Pendel des Lebens	29
Das Mittelmaß verhindert den Genuß	29
Fehler sind nur Interpretationen	32
Wer urteilt, spricht sein eigenes Urteil	33
Second-Hand-Life	35
Erfahrungen statt Fehler	37
Mut zu Mißerfolgen	39
Räuberische Unerledigte	43
Was du heute kannst besorgen ...	43
Unerledigte als Energieräuber	44
Unser Verstand, der Perfektionist	48
Den Unerledigten entgentreten	50
Recht haben oder wachsen	57
Standpunkte begrenzen die Blickrichtung	57
Der Verstand als Speicher	59
Recht haben	63
Der Klebstoff der Gewohnheiten	64

Vertrauensbildende Programme	68
Robert, der Nager	69
Überleben	70
Der Tod des Samenkorns	72
Ego oder Selbst-Bewußtsein	74
5. Persönliche Selbstverantwortung	79
Das Problem-Chart	79
Lektion 1: Musik	82
Lektion 2: Wald	83
Lektion 3: Farbe	83
Lektion 4: Schulterschlag	85
Lektion 5: Wenn du nur ...	86
Lektion 6: Kugeln	86
Lektion 7: Neue Fenster	88
Lektion 8: Hände	89
Lektion 9: Linse	90
Lektion 10: Zehn Steine	90
Lektion 11: Die Faust	92
Lektion 12: Richter	93
Lektion 13: Radio	94
Lektion 14: Turm	95
Lektion 15: Spiegelwelt	96
Lektion 16: Landkarte	97
Auflösung	98
Täter und Opfer – Gewinner und Verlierer	99
6. Was ist, das ist	101
Ein Stau ist ein Stau ist ein Stau ...	101
Resistance leads to persistence	102
Ursache und Wirkung	104
Glück ist die Akzeptanz dessen, was ist	104
Lösungen aus der Distanz	106
Vom Ego zum Bewußtsein	108
Meisterschaft im Leben	109

Wahlfreiheit	113
Alternativen gibt es genug	113
Love it, leave it, change it	116
Jede Wahl ist ein Gewinn	118
Das Herz wählt, der Kopf entscheidet	119
Absolutes Commitment	123
Spielregeln schenken Freiheit	123
Zu seinem Wort stehen	125
Das 79/21-Gesetz	127
Das Spielregel-Spiel	129
Funktionierendes Denken	133
Gedanken spiegeln die Innenwelt	133
Gedanken kreieren Resultate	134
Pygmalion	137
Limitierung durch negative Gedanken	141
Visualisierung ist der Vorbote der Realität	144
0. Energie	147
Die Triade	147
Energiegewinnung durch die Aufnahme von Nahrung	149
Energiegewinnung durch die Aufnahme von Luft	157
Energiegewinnung durch die Aufnahme von Sinneseindrücken	158
Der Ultimative Turbomotor	163
1. Die Integration der Schatten	173
Die Waagschale der Prioritäten	173
Opfer negativer Gefühle	176
Kranksein als Botschafter der Seele	178
Der andere Mensch, mein Spiegel	180
2. Wellenlänge, der Quantensprung	185
Handeln braucht Kommunikation	185
Smoking contra Karnevalsmütze	186

Körpersprache	187
Eine Sprache	189
Auf daß Hören und Sehen vergeht	190
Lachen und Weinen	192
Manipulation oder Übereinstimmung?	193
13. Anstrengung, Fleiß, Disziplin	195
Handeln vollbringt Wunder	195
Handeln erfordert Anstrengungen	197
Kampf den Gewohnheiten!	199
Disziplin und Wille	200
Strategie der kleinen Schritte	203
Epilog	205
Danke	207
Literatur	209
Der Autor	213