

**Lerne deine schlimmsten
Feinde kennen**



Lerne deine schlimmsten Feinde kennen

Wenn Menschen an Feinde denken, verbinden sie diese Gedanken zumeist direkt mit einer bestimmten Person oder vielleicht sogar mit mehreren Personen. Der Feind sind grundsätzlich Menschen, die der eigenen Person, den eigenen Wünschen, Plänen und Absichten offenkundig übelwollend und destruktiv gegenüber stehen. In ihren Fantasien malen sich die ängstlichen Individuen dann oft weiter aus, was diese feindseligen Menschen ihnen schlimmstenfalls alles an Schaden zufügen könnten. Damit hat der Feind eine klare und unverwechselbare Identität bekommen. Darüber hinaus kann der Widersacher auch örtlich lokalisiert werden, vielleicht nicht immer ganz genau, aber an einem Punkt gibt es dennoch absolute Gewissheit – der Feind befindet sich in der Außenwelt der angsterfüllten Person.

Mit dieser Lokalisierung des Feindes in der Außenwelt geht die Überzeugung einher, keinen positiven Einfluss auf dessen destruktives Verhalten nehmen zu können. Der Feind bleibt dauerhaft eine Bedrohung für das eigene Glück und die eigene Lebensqualität.

Diese Beschreibung dürfte für die meisten Menschen genau dem entsprechen, was sie unter einem Feind verstehen. Und je nachdem, wie fantasiebegabt die sich ängstigende Person ist, kann die dem Feind zugeschriebene Bedrohung ins Unermessliche wachsen und die eige-

ne Lebensfreude nachhaltig zerstören, auch wenn es nie zu einem realen Kontakt kommt.

Vor über dreißig Jahren, als mir die wirkliche Macht meiner Gedanken noch nicht bewusst war, hatte ich einmal ein sehr eindrucksvolles Erlebnis, das mir meinen wahren Einfluss auf äußere Feinde vor Augen führte. Das wurde mir allerdings erst einige Jahre später klar, als ich mich auf die Reise in meine eigene Innenwelt begab und diese intensiv erforschte.

Damals war ich Besitzer von zwei großen Häusern mit rund 20 Mieteinheiten in einer Kleinstadt. Anfänglich war ich meinen Mietern gegenüber sehr sozial eingestellt und ständig bestrebt, alles in meiner Macht stehende zu tun, um ihnen einen schönen Wohnraum mit einem lebenswerten Umfeld zu bieten. Ich arbeitete sehr oft und sehr viel an weiteren Verbesserungen. Leider befanden sich unter den mehrheitlich korrekten Mietern auch ein paar ärgerliche Ausnahmen, mit denen ich schlechte Erfahrungen machte.

Schon sehr bald konzentrierte ich mich nur noch auf diese schlechten Personen und kam dann rasch zu der Auffassung, dass im Grunde genommen wohl alle Mieter nichts anderes als nur asoziale Taugenichtse wären. Ganz konkret ausgedrückt, eignete ich mir als Reaktion auf diese einzelnen Erfahrungen den Glaubenssatz

an, dass „alle Mieter im Grunde genommen nur asoziale Taugenichtse sind“. Das wurde zu einer festen Überzeugung in mir.

Kurz danach begann ein schleichender Wechsel in den Mietverhältnissen. Sehr nette und korrekte Mieter kündigten die Verträge und zogen aus. Die Gründe dafür waren unterschiedlich, hatten aber nichts mit meinem Verhalten als Vermieter zu tun, denn ich benahm mich diesen korrekten Mietern gegenüber auch weiterhin völlig untadelig. Ich hatte nur mein Denken und meine Einstellung verändert – mehr nicht.

Die neuen Mieter der frei gewordenen Wohnungen machten anfänglich alle einen äußerst seriösen Eindruck, entpuppten sich aber im Laufe der Zeit als genau das, was ich über Mieter inzwischen glaubte – als „asoziale Taugenichtse“!

Nach etwa einem Jahr hatten sich, ohne mein Zutun, alle Mietverhältnisse geändert und entsprachen zu 100% dem, was ich dachte und glaubte.

Natürlich hatte ich nun tatsächlich eine Menge Stress und Ärger, und zwar so sehr, dass ich nach zwei weiteren Jahren unter hohen finanziellen Verlusten die Häuser entnervt wieder verkaufte.

Wie bereits gesagt, es wurde mir erst später bewusst, dass ich selbst der Urheber dieses Mieterwechsels gewesen bin. Ich hatte diese Entwicklung durch eine drastische Änderung meines Glaubenssatzes selbst herbeigeführt. Mein neuer Glaubenssatz „Alle Mieter sind im Grunde genommen nur asoziale Taugenichtse“ hatte sich erbarmungslos erfüllt.

Es war eine sehr teure und schmerzhaftes Lektion, die mir das Leben erteilt hatte. Damit wurde für mich aber auch unübersehbar deutlich, dass nicht die einzelnen Menschen in der Außenwelt diejenigen sind, die man fürchten muss, sondern dass es vorrangig die eigenen Gedanken und Glaubenssätze sind, denen man die gesamte Aufmerksamkeit schenken muss! Denn die unbestreitbare Wahrheit ist genauso, wie sie der Begründer des Christentums immer wieder hervorgehoben hat:

Dir geschieht nach deinem Glauben!

Deshalb solltest du deine Aufmerksamkeit nicht so sehr auf vermeintliche äußere Feinde richten, sondern viel mehr auf deine eigenen Gedanken und Glaubenssätze. Auf die kommt es an – und zwar NUR auf sie! Denn, ob du willst oder nicht, du wirst immer die Menschen in dein Leben ziehen, die dem entsprechen, was du glaubst!

Natürlich habe ich daraus meine Lehren gezogen. Vor ein paar Jahren habe ich diese Kenntnis in einem anderen Fall genau gegenteilig für mich genutzt.

Als unser großes Nachbarhaus den Besitzer wechselte, zogen dort zwei junge Familien ein, zu denen anfänglich ein gutes Verhältnis bestand. Im Laufe der Zeit entpuppte sich jedoch eine der beiden jungen Frauen als waschechte Psychopathin, deren einziger Lebensinhalt offensichtlich nur darin bestand, allen anderen Menschen mit ihren ständigen Lügen und Attacken das Leben schwer zu machen. Viele andere Anwohner zogen ihretwegen schon bald fort.

Nachdem alle gütlichen Einigungsversuche und Gerichtsurteile sie nicht bremsen konnten, erinnerte ich mich an den Wechsel meiner Mieter, den ich mit meinen eigenen Gedanken bewirkt hatte. Also begann ich konsequent und intensiv zu denken und zu glauben, dass diese Frau jetzt aus meinem Leben verschwinden würde – ganz von selbst, ohne mein Zutun und für immer! Bis dahin würde ich versuchen, ihr aus dem Weg zu gehen und sie nicht mehr weiter beachten.

Etwa ein Jahr später war es soweit.

Die Ehe der Psychopathin war zerbrochen, ihr Mann hatte sich eine Freundin gesucht und war weggezogen. Wenig später verließ auch sie das Haus. Es kam genauso, wie ich es geglaubt hatte. Sie war weg und es trat wieder Ruhe und Frieden ein.

Du solltest den Einfluss, den du mit den eigenen Gedanken und Glaubenssätzen auf andere Menschen ausüben kannst, niemals unterschätzen. Vor allem Menschen, die keine

Ahnung von der Macht der Gedanken haben und sich kaum oder gar nicht abgrenzen, sind damit leicht zu beeinflussen.

Mit deinen Gedanken entscheidest du selbst darüber, welche Menschen du in dein Leben hinein ziehst. Es liegt in deiner Hand, ob du es mit guten oder schlechten Menschen zu tun bekommst. Mit der Auswahl deiner Gedanken über andere Menschen kannst du dir einen Gefallen tun, oder dir selbst schaden.

Genau deshalb sind gegen deine Interessen gerichtete negative Gedanken in Wirklichkeit deine schlimmsten Feinde und nicht irgendwelche menschlichen Personen in der Außenwelt!

Gedanken und Glaubenssätze, an denen du festhältst, weil du sie als vermeintliche Wahrheit akzeptierst hast, obwohl sie deinen Wünschen, Plänen und Absichten zuwiderlaufen, verhindern das Erreichen deiner Ziele. Sie halten dich von deinem Lebensglück und deiner Lebenserfüllung fern. Mit solchen Widersprüchen sabotierst du dich selbst, denn du könntest auch in diesen Fällen dein Denken ändern und dich von den blockierenden Glaubenssätzen verabschieden.

Selbstsabotierende Gedanken kommen scheinbar ganz harmlos in drei Kategorien daher, und zwar als

- **Sorgen**
- **Ängste**
- **Zweifel**

Unterziehst du solchen Gedanken und Empfindungen einer genaueren Untersuchung, wirst du feststellen, dass sie lediglich auf Gedankenkonstrukten und Fantasien in deiner Psyche basieren. Sie sind im Kern nur Glaubenssätze, die deinen angestrebten Zielen zuwiderlaufen und dich damit sehr wirkungsvoll blockieren können. Oft sind sie die einzigen Gründe, die dich von der Erfüllung deiner Wünsche trennen.

Machst du dir über etwas Sorgen, so ist dieses „sich Sorgen machen“ bei gründlicher Betrachtung nichts weiter als die Bevorzugung negativer Gedanken und Ansichten bei der Beurteilung einer noch nicht eingetretenen Situation. Du konzentrierst dich in solchen Fällen auf das Unerwünschte, das geschehen könnte und betrachtest den Eintritt eines misslichen Ereignisses als hochwahrscheinlich. Als direkte Folge reagierst du darauf mit gedanklichen Anstrengungen und daraus resultierenden Entscheidungen und Handlungen, um den Eintritt des Unerwünschten zu verhindern.

Dieses ist eine weitverbreitete und für richtig gehaltene Denkweise!

Wenn du zum Beispiel vor Veränderungen Angst hast, dann basiert diese Furcht auf negative Mutmaßungen, die du dir über eine mögliche Veränderung gemacht hast. In Gedanken hast du dir dann sehr düstere Möglichkeiten ausgemalt und als große Wahrscheinlichkeit in Erwägung gezogen. Konsequenterweise willst du natürlich keine schlechten Erfahrungen

machen oder gar ein Desaster erleben – also unterlässt du den geplanten Wandel lieber und bleibst bei dem, was dir vertraut ist, auch wenn es dich nicht glücklich macht.

Das ist die perfekte Selbstsabotage!

Mit diesem Beispiel will ich dir nur die gedanklichen Zusammenhänge aufzeigen. Tatsächlich ist die Angst im Wesentlichen eine nützliche Empfindung, die dich zur Vorsicht mahnt und vor Schäden schützen will. Es ist idiotisch, mit geschlossenen Augen im Berufsverkehr eine viel befahrene Straße überqueren zu wollen, nur um zu beweisen, dass man keine Angst hat.

Lasse die Angst aber niemals über dein Leben bestimmen!

Schaue dir ganz unvoreingenommen die Angst verursachenden Glaubenssätze in deiner Psyche an. Die kannst du nämlich ändern! Du kannst sie sehr einfach in bessere Überzeugungen transformieren.

Bedenke immer dieses – Gedanken werden zur Realität!

Über den weiteren Gang deines Schicksals entscheidest du selbst durch die Auswahl deiner bewussten Gedanken. Glaubst du an einen guten Ausgang aller deiner Angelegenheiten, brauchst du dich kaum noch vor irgendetwas zu fürchten. Das gilt selbstverständlich auch für Partnerschaften!

© 2021 by Hans-Georg Koch

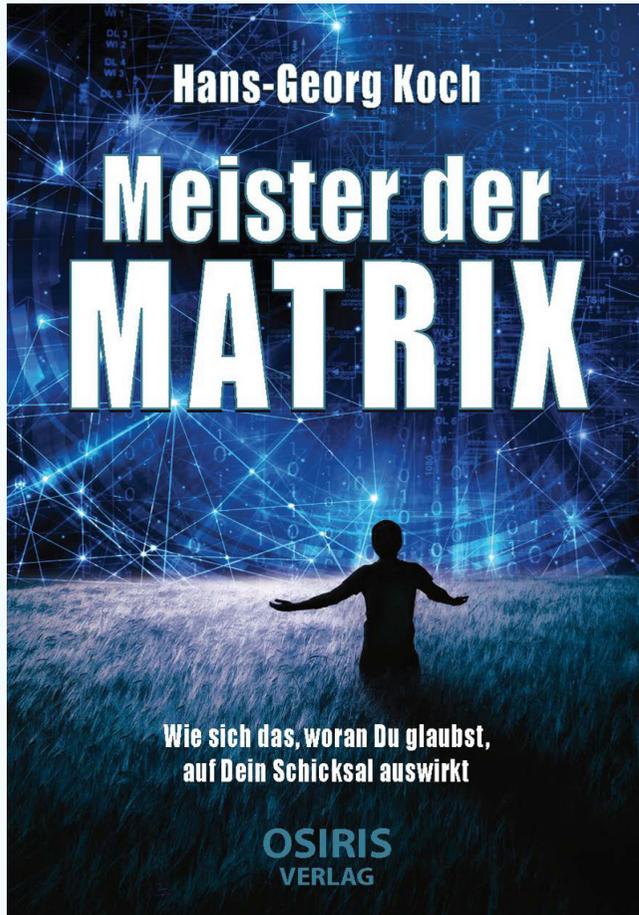


www.spiritualcenter.de

**Creative Commons Lizenzvertrag!
Dieses Werk ist unter einer Creative Commons-Lizenz (Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International) lizenziert.**

Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie dieses Werk verbreiten und vervielfältigen.

Weiterführende Informationen gibt es in meinen Büchern!



Ein Mausklick auf das Buch führt zum Shop mit weiteren Informationen zum Inhalt und zu den Bewertungen der Leser!