

Lektion 4: Genuss hinauszögern



Die meisten Kinder sind nicht in der Lage, Belohnungen aufzuschieben. Wenn Du ihnen einen kleinen Schokoriegel jetzt oder einen großen später anbietest, werden die meisten den kleineren wählen. Diese Tendenz, jetzt und sofort Ergebnisse und Belohnungen zu wollen nimmt mit dem Erwachsenwerden ab. Leider zeigen auch manche Erwachsene noch immer dieses Verhalten. Ich habe kürzlich beobachtet wie ein erwachsener Mann 700 Euro mehr für ein Gerät bezahlt hat, weil er nicht die eine Woche warten konnte, nach der eine Preissenkung um 50% erwartet wurde.

In meinen früheren Büchern und Kursen benutze ich oft den Begriff "Ursprung sein". "Ursprung sein" bedeutet, die Ursache Deiner Aufmerksamkeit und Emotionen zu sein statt Dich von ihnen herumschubsen zu lassen. Wenn Du die Quelle Deiner Energie bist, gibt es nichts, dass Du dringend "brauchst". Du hast kein Problem damit, so genannte "Genüsse" zu verschieben. Genau genommen, da Du weißt, dass alle Freude aus dem Innern kommt, kann Dich niemand mit diesen angeblichen Freuden ködern oder kontrollieren. Bedeutet das, dass Du nicht länger nach Genuss strebst? Nein, es bedeutet, dass Du nicht länger ihr Sklave bist. Und weil Du nicht länger ihr Sklave bist, genießt Du sie so viel mehr als jemand, der permanent auf der Suche nach sofortiger Belohnung ist.

Mach aus Deiner spirituellen Reise nicht die Jagd nach dem ultimativen Kick oder rasanten Erfolgen sondern einen langfristigen Lebensstil von Wachstum, Wertschätzung und permanentem Hinzulernen. Es gibt kein "ultimatives Ziel" zu "erreichen". Wenn es so etwas gäbe, würdest Du sofort aufhören zu lernen und zu wachsen. Alle Herausforderungen sind fantastische Gelegenheiten zum Wachsen. Gelegenheiten, willkommen zu heißen was immer auftaucht.

Ersetze Belohnungen durch Dankbarkeit. Nach Belohnungen zu verlangen macht Dich schwach. Dankbarkeit macht Dich stark. Nach Belohnung zu verlangen impliziert Mangel. Dankbarkeit zu zeigen impliziert Fülle.

Es gibt viele Möglichkeiten, diese Lektion in Dein Leben einzubauen. Du musst nicht beim ersten Date schon Sex haben, nicht mal beim zweiten. Es ist so viel intensiver, wenn Du es ein wenig hinauszögerst. Du musst nicht jetzt gleich Schokolade essen, Du kannst auch später welche haben. Wie wäre es damit, ein kleines Experiment zu machen und Schokolade zu essen wenn Du keine willst und keine zu essen, wenn Du welche willst. Das bricht Deine Konditionierung etwas auf und versetzt Dich wieder dahin zurück, wo Du der Ursprung Deiner Realität bist statt einem Opfer Deiner Begierden.