

2

Wir benötigen eine möglichst konkrete Zielvision

Jeder von uns hat Visionen. Hier sind keine Hellsichtigkeiten oder Fantasiegebilde gemeint, sondern Bilder und Ideen für sich selbst und die Zukunft. Wenn Sie über sich nachdenken und sich vorstellen, wie Sie in fünf Jahren leben möchten, dann entsteht eine Vision.

Es gibt natürlich sehr unterschiedliche Visionen. Meistens sind sie von der aktuellen Stimmung abhängig. Also gehen wir manchmal hellen und manchmal düsteren Visionen nach. Und jede Vision begünstigt ein entsprechendes Ergebnis. Wenn Sie eine eher hemmende Vision besitzen, also zum Beispiel davon ausgehen, dass Ihre Zukunft vorherbestimmt ist, oder meinen, dass Sie charakterlich festgelegt sind und keine Chance haben, sich zu wandeln, dann wird die Wahrscheinlichkeit für einen konstruktiven Wandel wesentlich geringer sein. Sie werden weniger experimentierfreudig sein, eher alte Muster wiederholen. Und

das wird Sie darin bestätigen, dass sich Menschen eben nicht ändern können.

Aber oftmals liegt das Problem nicht nur darin, dass sich immer wieder Negativvisionen einschleichen, sondern auch darin, dass wir selbst nicht aktiv Visionen entwickeln. Das, was Sie heute sind, ist mehr oder weniger ein Zufallsprodukt. Sie haben wahrscheinlich in Ihrem bisherigen Leben immer irgendwie auf das reagiert, was auf Sie zukam. Und das wird auch zukünftig so sein. Wenn Sie keine Vision von sich haben, werden Sie sehr schwer einen Weg finden.

Sie können sich zum Beispiel viel schwerer abgrenzen, wenn Sie keine Vision von sich haben. Nur wenn ein solches Bild vorhanden ist, kann es auch verteidigt werden. Oft liegt die Abgrenzungsschwäche, meist gekoppelt an das Defizit, nicht Nein sagen zu können, nicht an einer generell schwachen Persönlichkeit, sondern an dem Mangel an Visionen von sich selbst, also am Fehlen eines klaren Selbstbilds. Ich möchte Sie gerne dazu anregen, ein Bild von sich selbst zuzulassen, das solide Grundzüge trägt, aber dennoch flexibel ist und offen für Veränderung. Und diese Veränderung hin zu mehr heilsamen Eigenschaften benötigt eine Vision. Ohne Ziel können Sie keinen Kurs bestimmen.

Nehmen Sie sich die Zeit, und beginnen Sie mit der Suche nach Ihrer Vision von sich selbst. Was für ein Mensch möchten Sie sein? Über welche Eigenschaften möchten Sie verfügen?

Als Veranlagung sind diese Eigenschaften in Ihnen, wie in jedem Menschen, bereits vorhanden. Wagen Sie doch einmal ein paar Selbstexperimente, wie Sie sie in den folgenden Kapiteln finden werden.

Inspiration in 108 Leitsätzen

Erkennen, verinnerlichen, umsetzen

Ennenbach, M.

2017, XXIII, 272 S., Softcover

ISBN: 978-3-662-52964-5