

Essentielle Fragen zur eigenen Zukunft - 1

Nr.	Prozeß-Schritte	Inhalte
1	Frage	Wohin will ich? Wohin will der Andere? Was treibt uns an?
2	Herkömmlicher Irrtum	<p>Der Glaube an die Möglichkeiten der eigenen Gestaltung der Zukunft reicht von einem Extrem bis zum anderen. Im einen Extrem wird die Entwicklung als schicksalhaft vorherbestimmt gesehen, auf das wir keinen Einfluß haben. Folglich müssen wir das über uns ergehen lassen und akzeptieren, was auf uns zukommt und was das Leben und Schicksal für uns bringt. Im anderen Extrem wird die Entwicklung als das gesehen, was wir mit unserem Willen, unseren Gedankenkräften und/oder Wünschen anstreben und steuern.</p> <p>An beiden Sichtweisen mag auch etwas dran sein, denn viele mögen sowohl das eine als auch das andere schon selbst erlebt haben. Sicher besteht die Möglichkeit, daß wir unsere Zukunft mal selbst gestalten oder auch herbeiwünschen können. Und ebenso besteht die Möglichkeit, daß wir quasi schicksalhaft in Situationen kommen, die uns wie vorbestimmt erscheinen. In beiden Fällen irren wir uns aber, wenn wir von einer festen Bestimmtheit ausgehen. So gibt es keine Sicherheit oder Gewähr für den Ablauf von „Bestellungen beim Universum“ oder der projektmäßigen Planung des eigenen Lebens. Und auch die deterministischen Vorhersagen von Ereignissen sind zumeist irrig, da es keine exakte Vorherbestimmung durch äußere bzw. geistige Mächte und Kräfte gibt, denen wir womöglich einfach ausgeliefert wären.</p> <p>Oft sind wir geneigt, unser Verhalten oder das des anderen aus unserer Vergangenheit oder unseren eingprägten Wesenszügen zu erklären: Wir verhalten uns so, weil wir so oder so sind! Das ist eine ebenso irrige weil sehr vereinfachende Erklärung, wie die, daß eingeschlagene Wege und Entwicklungen zwangsweise ebenso weitergehen müßten.</p>
3	Ursache und Wirkung des Irrtums	<p>Wir vereinfachen die Erklärungen für unser Sein und Leben sehr gerne, weil deren tatsächliche Komplexität meist über unser Verständnis geht. So suchen wir nach geradlinigen Entwicklungsmodellen, sehen die bunte Farbenwelt in schwarz und weiß wie gut und böse und glauben an die Beständigkeit von einigen wenigen konstanten Einflüssen und Kräften. All das soll uns letztlich helfen, etwas im Leben zu verstehen, so daß wir uns ein Bild und eine Meinung machen können, die sich als Einstellung oder Vorstellung in uns verfestigt. Mit diesem Blickwinkel laufen wir dann durch das Leben und beurteilen es. Wir überprüfen auf diese Weise unsere eigenen Konzepte, die auf simplifizierten Annahmen beruhen.</p> <p>Dieses Verhalten gleicht dem unserer empirischen Wissenschaften, die materielle Prozesse unter Laborbedingungen ablaufen lassen, um daraus Erkenntnisse und Gesetzmäßigkeiten zu gewinnen, die sich einwandfrei reproduzieren und nachprüfen lassen. Haben die Wissenschaftler Gesetze für natürliche Prozesse gefunden, dann lassen sich die Abläufe und deren Ergebnisse auch mit Sicherheit bestimmen und dafür zutreffende Vorhersagen machen. Wer würde sich das nicht öfter auch für sein Leben wünschen.</p> <p>Wir neigen also latent dazu, uns die Welt und die Vorgänge darin in unseren Modellen zu vereinfachen. Damit versuchen wir, die Dinge, Prozesse und Entwicklungen in den Griff zu bekommen und nach unseren Wünschen zu steuern. Wir erliegen dabei der Versuchung, durch unsere Einflußnahme Abläufe zu erzwingen, auch wenn diese anderen Gewalt antun und offensichtlich schaden. Gewaltherrschaft über das Leben von uns und anderen ist die Folge und das aus der menschlichen Hybris heraus, die Freiheit und Erlaubnis zu besitzen, sich die Welt untertan machen zu dürfen und folglich alles auszubeuten, was dem eigenen Nutzen und Wohl dient, nämlich die Natur mit ihren Ressourcen, Pflanzen, Tiere und andere Menschen.</p>

4	Antwort der Realität	<p>Das Problem ist, daß im Leben keine Laborbedingungen mit den dort gezielt hergestellten wenigen Einflußgrößen existieren. Das Leben ist so hochkomplex, daß es eher der Physik des Chaos entspricht. Chaotische Vorgänge zeichnen sich aber gerade dadurch aus, daß sie nicht linear verlaufen und insofern auch nicht eindeutig vorherbestimmbar sind. Natürlich versuchen Menschen dem entgegen Zwangsbedingungen durch Regeln und Gesetze herzustellen, um damit die Geschicke besser steuern und kontrollieren zu können.</p> <p>Fast alle von uns leben dann auch unter gewissen aufgezwungenen Vorgaben und müssen sich unseren Regelsystemen unterwerfen und anpassen. Damit wird ein Teil unseres Seins kontrolliert und unsere Entwicklungsmöglichkeiten eingebremst. Zum anderen unterliegen wir Menschen den natürlichen Grundbedürfnissen und werden durch sie angetrieben. Unser freier Wille ist dem gegenüber relativ machtlos, denn die Grundbedürfnisse lassen sich kaum ignorieren. Zu diesen gesellen sich dann bei vielen von uns weitere drängende Bedürfnisse nach Ersatzbefriedigungen, die entstehen, wenn wir in der Erfüllung unserer Grundbedürfnisse etwa Defizite haben, traumatischen Störungen erliegen mußten oder nachhaltiger aus der Lebensbalance geraten sind.</p> <p>Entscheidende Treiber in unserem Leben sind natürlich unsere individuellen Ziele, die möglicherweise freiwillig selbst gewählt sind, dann aber oft einen mächtigen Zwang auf uns ausüben. Wir setzen uns damit oft unter einen Erwartungsdruck und sind unzufrieden, wenn wir noch weit von der Zielerreichung entfernt sind oder diese vielleicht aussichtslos erscheint.</p>
5	Folgerung und Tips	<p>Was sind also unsere Ziele? Das ist die entscheidende Frage, die wir uns stellen sollten. Unsere Ziele und Wünsche gilt es dann mit unserer aktuellen Ist-Situation abzugleichen, um zu erkennen, wie weit wir schon gekommen sind, oder was vielleicht die Ursache für eine latente Unzufriedenheit und Ruhelosigkeit sein mag. Hier ist eine kleine Auflistung an möglichen Zielen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Glück (siehe Glücksforschung) • Reichtum, Ressourcen, Sicherheit, Sorgenfreiheit, Schönheit • Eine feste Partnerschaft und Ehe • Familie mit Kindern (Hunden, Katzen, Pferden,) • Ein eigenes Haus (mit Garten, ...) • Freunde und soziales Ansehen • Spirituelle Erleuchtung, Wissen <p>Wenn wir in einer Partnerschaft leben, kann es von Nutzen sein, diese Frage nach den Zielen für beide Partner zu beantworten. Sowohl die unterschiedlichen Ziele als auch unterschiedliche Zielabstände zwischen den Partnern können latente Herde für Spannungen und Streitigkeiten sein. Ähnlich wie mit den Zielen können wir auch mit unseren anderen Bedürfnissen umgehen und diese aufschreiben. Unsere Bedürfnisse sind uns vielleicht weniger klar als unsere Ziele, da sie subtiler sind, deswegen aber nicht notwendigerweise weniger kraftvoll. Auch bei ihnen lohnt es sich, unserem Wunsch die Real-Situation gegenüberzustellen, um daraus Übereinstimmungen und Abweichungen ablesen zu können. Der gegenseitige Austausch der individuellen Analysen schafft für beide Seiten mehr Klarheit, was eine gesunde Basis für ein besseres gegenseitiges Verständnis ist.</p>
6	Weitere Vertiefung	<ul style="list-style-type: none"> • Individual-Konstellation - Das Enneagramm • Entwicklung - Sein • Entwicklung - Seelen • Entwicklung - Prozesse, Energie und Gesetze • Gesetze des Lebens - Die Grundpolarität des Seins • Verhalten - Liebe - Paradoxon, Kontroverse und Irrtümer • Verhalten - Die Rolle von Sexualität und Lust • Verhalten - Steuerung von Balance und Bedürftigkeit • Verhalten - Irrtümer und Illusionen