Ja, herzlich willkommen zu meiner dritten Folge meines Podcasts. Heute mit einem ganz spannenden Thema. Ich werde auch das Thema Glaubenssätze mit einnehmen, aber ich habe einen ganz starken Impuls, heute mit euch darüber zu sprechen, warum ist es überhaupt wichtig, Persönlichkeitsentwicklung zu betreiben? Und warum so viele Menschen davor Angst haben, sich mit der eigenen Innenwelt zu beschäftigen? Du hast Wünsche und Ziele in deinem Leben, du hast irgendwelche Träume, du willst viel reisen vielleicht, du willst vielleicht deinem Traumjob näher kommen, du willst das tun, was dir am Herzen liegt.

Vielleicht willst du Pilot werden, vielleicht willst du Arzt werden, vielleicht willst du irgendwas anderes werden, was deiner Leidenschaft entspricht. Und dann kommen die Selbstzweifel, kann ich das überhaupt erreichen? Ist das Ziel nicht zu hoch? Und dann kommt auch noch das Umfeld noch hinzu, das vielleicht sagt, ach komm, lass sein, das ist doch viel zu schwierig und das wirst du eh nicht erreichen können und somit wirst du immer wieder zurückgehalten. Immer diese Zurückhaltung, das Ziel nicht zu erreichen.

Und die meisten Wünsche und Träume und Talente, die liegen nämlich auf dem Friedhof. Ich nehme ganz gerne immer das Beispiel meiner Mutter, weil es genau so lief. Denn sie hatte auch ganz viele Talente, hatte aber auch ganz viele Wünsche gehabt, die sie schon gar nicht mehr verfolgte und sich gar nicht mehr zutraute.

Und sie hat genau das getan, was absolut gefährlich ist und was auch viele Menschen machen, sich mit einer Situation abzufinden. Und das ist die absolute Gefahr und der Nährboden wird dadurch geschaffen, dass du in deinem Körper Krankheiten erschaffst. Weil es immer wieder zu einem Stresspunkt kommt, ach hätte ich doch mal das getan, ach könnte ich doch mein Ziel erreichen, wie wäre es? Gerade diese wie wäre es Fragen haben es ganz viel in sich und tragen ganz viel Emotionalität bei sich.

Und das ist das, was der Körper nicht umsetzen kann oder nicht verarbeiten kann. Ich gebe dir mal ein Bild dazu. Es ist wie in deinem Unterbewusstsein, wenn dein Körper das nicht verarbeiten kann, entsteht so eine Art unsichtbare Blase oder Kugel.

Und darin kommt genau dieses Gefühl rein, diese Emotionalität, das nicht zu erreichen. Genau diese Abfindung ist eine sehr hohe Emotionalität und die wird sich irgendwann in deinem Körper und irgendwo in deinem Körper ablegen. Und nach der handelst du immer wieder und wenn das immer wieder passiert, dann ist es ja eine Negativschwingung.

Und dadurch entstehen nämlich diese ganzen Krankheiten. Depression, Krebs, alle Formen von Krebs, Demenz, Alzheimer, Autoimmunkrankheiten, alles mögliche spielt dazu rein. Und das ist genau die Ursache von so vielen Krankheiten.

Und das ist die Gefahr, wenn du dich mit deiner eigenen Persönlichkeit nicht beschäftigst. Glaubenssätze. Glaubenssätze sind dann die Form, wie du mit dir selber umgehst.

Und wie entsteht überhaupt so ein Glaubenssatz? Nun, ich sagte vorhin meine Mutter als Beispiel. Sie hatte in ihrer Kindheit ganz oft diese drei Sätze gehört. Du bist nichts, du kannst nichts, was willst du überhaupt? Und diese hatte sie regelmäßig gehört.

Und was muss sie denn dann fühlen? Was muss sie denn erst mal denken? Denn erst ist ja der Gedanke dort. Und wenn man sich immer wieder diese Sätze zu Gehör bekommt,

gerade von den wichtigsten Personen in deinem Leben, von deinen Eltern, die ja dafür zuständig sind, dein eigenes Überleben zu sichern. Du bist nichts und kannst nichts.

Ja, was musst du denn dann denken und fühlen? Denn der Gedanke muss sich ja als Gefühl in deinem Körper entladen. Also hat sie sich wertlos gefühlt und hat sich nichts zugetraut. Ganz viele Talente, die sie hatte, hat sie mit ins Grab genommen.

Sie hat Modestin gelernt, das ist so, ja, Hutmacher. Damals war das die Berufsbezeichnung des Hutmachers. Und dazu gehört es auch so eine Art technische Zeichnung.

Das ist das, was in der Modelszene ja gemacht wird, um ja das Model einmal darzustellen und die Kleidung doch mal sichtbar zu machen. Und sie musste genau solche Zeichnungen in ihrer Ausbildung lernen. Und ich habe dieses Buch gefunden, also ihr Ausbildungsbuch habe ich gefunden.

Und da sind so tolle Bilder drin. Da denke ich, meine Güte, was für eine Liebe hat sie zu dieser Kunst zum Zeichnen. Damit hat sie sich ausgedrückt.

Da hat sie ganz viel Liebe reingetan. Und das hat sie mit ins Grab genommen. Das war so immer ihr, ja, wo sie sich wohlgefühlt hat.

Aber sie hat sich ganz viele Dinge dann nicht zugetraut. Und auch ich habe in meinem Leben genau das ähnliche Pendant gehabt, wo ich ganz viel das Gefühl hatte, nicht voranzukommen und mich selbst als wertlos zu fühlen, weil ich das genau in diesem Feld miterlebt habe. Sie hat mir auch oft dieses Gefühl gegeben, ich tue nicht genug, um meine Ziele zu erreichen, um meine Schulbildung zu erreichen, damit ich auch einen tollen Beruf bekomme.

Und das war lange Zeit ein Glaube in mir, nachdem ich automatisch gehandelt habe. Und hat auch ganz viele Schuldgefühle in meinem Leben erzeugt. Und das machen nämlich Glaubenssätze, die undienlich sind.

Nach dem handelst du ja immer automatisiert. Und viele Glaubenssätze kann man reparieren, ja, das kann man. Aber dazu ist es wichtig, sich mit der eigenen Innenwelt zu beschäftigen.

Und ich möchte mit diesem Podcast auch ein Stück weit dir zeigen, dass es gar nicht schlimm ist, sich mit der eigenen Welt zu beschäftigen. Sicher wirst du mal den einen Schmerzpunkt aus deiner Vergangenheit erleben, aber deine Vergangenheit, die ist nicht mehr da. Aber die Vergangenheit ist für dich als Lehrbuch in deinem Leben da, damit du daraus lernen kannst.

Denn darin liegen nämlich ganz viele wertvolle Erkenntnisse. Das habe ich selbst in diesen zwei Jahren, in denen ich diese Ausbildung auch gemacht habe und auch in diesen fast 13 Jahren Persönlichkeitsentwicklung habe ich das für mich herausgefunden, dass es gar nicht schlimm ist. Es tat weh, ja.

Und es war nicht schön, das nochmal zu fühlen, aber es gibt den Punkt des Heilens. Und deshalb ist Persönlichkeitsentwicklung wichtig und noch viel mehr, sich darin begleiten zu lassen in Form einer Therapie von einem Psychologen oder auch einem Life-Coach wie mir

zum Beispiel. Und das ist da auch die Art und Weise, wie fühlst du dich in deinem Leben? Denn wenn du dich immer damit abfindest, deine Ziele nicht zu erreichen, fühlst du dich nicht gerade wie eine Führungskraft.

Somit kannst du dein Ziel gar nicht erreichen und damit sagst du wieder Ja zu anderen. Und das ist genau, was auch meiner Positionierung entspricht und womit ich auch meine Herausforderungen hatte. Das war eine etwas ausführlichere Folge und ich möchte noch mehr diese Glaubenssätze betrachten, wie sie funktionieren und wie du sie verändern kannst.

Und das ist alles in deinem Gefäß des Lebens. Dazu lade ich dich in der nächsten Folge mit ein, da mehr Informationen vielleicht für dich herauszufinden. Du kannst auch gerne Kontakt zu mir aufnehmen, falls du schon den einen Klick-Moment hattest.

Nimm Kontakt zu mir auf über Instagram, da Lars-Blumenstein und da kannst du mir gerne eine Nachricht schicken. Du kannst aber auch hier bei dem Podcast, ist das auch verlinkt. Und da freue ich mich ganz intensiv auf deine Erkenntnisse und auf deine Erfahrungen.

Und wenn du anfängst, über deine Herausforderungen zu sprechen, dann bin ich mir auch sicher, dass wir eine passende Lösung ganz auf dich zugeschnitten finden werden, damit du tatsächlich deine Ziele erreichst. Also, ich wünsche dir viel Erfolg beim Herausfinden und wir hören uns in der nächsten Folge.