



André Loibl's

Montags Motivation

„If you can dream it – you can do it“
(Walt Disney)

© 2009 André Loibl & Kanga Verlag
www.montags-motivation.de



Durch die Augen sehen...

Einen wunderschönen guten Montag und herzlich willkommen in Deiner neuen Woche! :-) Und herzlich willkommen zu Momo!! Yippieh! :-)

Heute machen wir ein spannendes Experiment!! :-) Wir werden den Unterschied erleben, wenn wir die Welt *mit* unseren Augen anschauen - oder wenn wir die Welt *durch* unsere Augen anschauen.

Das klingt im ersten Moment ziemlich ähnlich - und doch ist es so grundverschieden. Wenn wir *mit* unseren Augen schauen, dann sehen wir die Welt da draussen, wie sie jetzt ist, wie wir sie wahrnehmen. Aufgrund dessen, was wir wahrnehmen, machen wir uns dann ein Bild in unserem Kopf davon, wie die Welt ist.

Doch wenn wir *durch* unsere Augen schauen, dann haben wir eine Vision in unserem Kopf, ein starkes Bild und betrachten dann die Welt *durch* die Augen dieser Vision. Und das Schöne an der ganzen Sache ist, wenn wir es schaffen, dass unsere Vision stärker ist als das Bild, das wir uns durch "Beobachtung" gemacht haben, dann steht uns die ganze Welt offen. Alles steht uns zur Verfügung!! :-) Yippieh! :-)

Allright, das klingt wahrscheinlich im ersten Moment zu einfach, deswegen lass mich dieses Konzept noch ein bisschen ausführen... ;-)

Als erstes stellt sich Dir vielleicht die Frage, okay, André, klingt ja ganz nett, aber warum soll das so wichtig sein!?

"In der heutigen Zeit" sind viele Menschen unsicher, sie werden bombadiert mit negativen Meldungen, überall ist Krise und eine ist schlimmer als die andere. Es gibt im ZDF ja sogar etwas wie "Krisometer" - ich sprach ja bereits darüber, wie schwachsinnig so etwas ist... ;-) Und doch sind die Meldungen den ganzen Tag da, besonders wenn Du den Fernseher anmachst. Bad news. Schlechte Nachrichten. Den ganzen Tag. Denn schlechte Nachrichten verkaufen sich gut. Heute sind in Europa ca. 27.000 Flugzeuge sicher gestartet und gelandet ohne einen einzigen Zwischenfall - interessiert keine Sau. Nach 3 Jahren wieder ein Flugzeug abgestürzt - das sind Nachrichten!! In der Zwischenzeit sind 29.565.000 Flugzeuge sicher gestartet und gelandet - merkst Du das Verhältnis hier?!



; -))

Und auch wenn wirklich so viele negative Nachrichten in den Medien verbreitet werden, dann ist es immer noch an uns, ob wir diese Nachrichten konsumieren. Ob wir uns diesen Müll reinziehen. Es ist unsere freie Entscheidung. Niemand drückt den Knopf an unserer Fernbedienung... ; -)

Und es fällt wirklich schwerer, die eigenen Schwingungen oben zu halten, wenn man sich so vielen negativen Einflüssen einsetzt. Deswegen: Hör auf damit! Stop it! Lass die Glotze aus und tu stattdessen mal etwas Sinnvolles!! ; -)

Und wenn in Deinem Kopf jetzt passiert: "Ja, aber ich muss doch informiert sein!!" dann frage Dich mal wirklich, warum das wichtig ist, wenn Du weißt, dass an der pazifischen Küste wieder 1000 Menschen wegen eines schlimmen Sturms obdachlos geworden sind. Das ist schlimm, ja. Bringt es Dich in Deinem Leben weiter, wenn Du das weißt?! Nein. Bringt es diese Menschen, die obdachlos geworden sind, weiter, wenn Du es weißt?! Nein. Läufst Du zum PC und machst direkt eine Online Spende für die Opfer dieser Katastrophe?! Nein. Machst Du Dich auf den Weg, um diesen Menschen aktiv zu helfen? Nein.

Was in aller Welt bringt Dir dann diese Information?!

Sie bringt Dir, dass Du Dich schlecht fühlst. Dass Du denkst, oh mein Gott, wie furchtbar!! Mehr nicht. Du fühlst Dich schlecht. Dein Fokus ist auf Katastrophen, Mangel und Krieg ausgerichtet und Du fragst Dich, wie Gott so eine ungerechte Welt zulassen kann. Doch das ist weniger als die halbe Wahrheit.

Heute sind 27.000 Flugzeuge in Europa sicher gestartet und gelandet. Heute haben viele Menschen wieder dabei geholfen, die Welt besser zu machen. Es haben unzählige Menschen Liebe und Lächeln verschenkt. Es wurde freiwillige Arbeit geleistet, um Menschen zu unterstützen, die gerade eine schwere Zeit haben. Unzählige Menschen haben auf eine sehr ethische Weise Wert in diese Welt gebracht - und damit auch gutes und faires Geld verdient. Es gab unzählige Hochzeiten - Menschen lieben sich und sie stehen zueinander. In guten und in schlechten Zeiten. Es werden unzählige Kinder geboren - das Wunder des Lebens passiert jeden Tag.



Das Leben manifestiert sich neu, in einem neuen kleinen Menschen. Mehr als 99% aller Menschen in Westeuropa haben genug zu essen, ein Dach über dem Kopf und unzählige haben sogar einen Internetzugang!! Yippieh!! :-)) Wir leben in fantastischen Zeiten!! :-))

Sind die Katastrophen Meldungen wahr?! Ja. Sind all diese guten Dinge wahr?! Ja. Wir entscheiden, worauf wir unsere Aufmerksamkeit legen wollen. Wir entscheiden, was wir zu unserer eigenen ganz individuellen Realität machen. Jeder für sich. Wir entscheiden, welches Kino wir in unserem Kopf stattfinden lassen.

Und wir können uns entscheiden, dass wir die äußeren Umstände nicht unser Leben kontrollieren lassen. Wir können uns entscheiden, unser natürliches Geburtsrecht in Anspruch zu nehmen und selbst das Ruder in unserem Leben in der Hand zu halten. Wir können uns entscheiden, dass Umstände - auch wenn sie uns beeinflussen, uns nicht kontrollieren.

Wenn wir nur *mit* unseren Augen schauen, dann sehen wir nur das, was da draussen ist. Und meistens richten wir unseren Fokus auch noch auf die negativen Dinge. Wenn wir *mit* unseren Augen schauen, dann beobachten wir die Welt - und dann reagieren wir.

Mal unter uns - das kann ja jeder!! ;-)) Die Welt beobachten und dann darauf reagieren. Doch ist das Leben?! Gucken - reagieren - gucken - reagieren?!

Doch wenn Du *durch* Deine Augen schaust, wenn Du eine Vision in Deinem Kopf hast, eine Vision, die stärker ist als das, was Du momentan siehst, dann handelst Du aufgrund Deiner Vision. Du handelst aufgrund dessen, wo Du hinwillst. Nicht aufgrund dessen, was Du jetzt da draussen siehst. Und diese Vision gibt Dir Kraft und Power zu handeln - auch wenn die Umstände widrig sind. Du handelst dann trotz der Umstände - trotz Deiner Ängste - trotz Deiner Unsicherheit - und auch trotz der Unbequemlichkeit, die solche Handlungen oft mit sich bringen... ;-)

Das ist ein Handeln *von Innen nach Aussen*. Das andere ist ein reagieren von Aussen nach Innen. Das Aussen beeinflusst, wie wir uns fühlen, was wir denken und was wir tun.

Doch wenn wir von Innen nach Aussen handeln, wenn wir eine Vision



haben, wenn wir die Welt *durch die Augen unserer Vision* sehen, dann wird unser Leben viel einfacher, fröhlicher, glücklicher und erfolgreicher! Yippieh!! :-))

Denn mal ganz ehrlich: Das, was Du jetzt da draussen siehst, ist das Ergebnis dessen, was Du in der Vergangenheit warst. Die Ergebnisse, die Du heute hast, beruhen darauf, was Du in der Vergangenheit gedacht und gefühlt hast - wie Du gehandelt hast. Du erntest heute, was Du vor Monaten und Jahren gesät hast. Du erntest immer, was Du säst.

Natürlich könntest Du Dich jetzt hinstellen, Dir Deine Ergebnisse anschauen und sagen: Hier das bin ich! Guck, das sind meine Ergebnisse - das bin ich. Doch das ist nicht die Wahrheit. So verleugnest Du die wundervolle Möglichkeit, dass Du schon jemand ganz anders sein kannst, dass Du schon viel weiter sein kannst - und dass Deine Ergebnisse einfach nur noch die aus der Vergangenheit sind.

Du kannst Dir klar werden, dass das, was Du aktuell in Deiner Welt siehst, das Ergebnis dessen ist, wie Du in der Vergangenheit gedacht, gefühlt und gehandelt hast. Und wenn Dir Deine Ergebnisse nicht gefallen, dann hast Du heute die Macht, etwas anderes zu tun.

Du hast heute die Möglichkeit, Dein Denken und Deine Gefühle zu verändern. Dadurch Deine Handlungen zu verändern - und so auf Dauer Deine Ergebnisse zu verändern. Du kannst Dich heute auf das fokussieren, was Du wirklich erleben willst in Deinem Leben - und es ist egal, was das ist, ob es eine bessere Gesundheit ist, mehr finanzielle Freiheit oder mehr Erfüllung in Deinen Beziehungen. Du kannst heute damit anfangen, Deinen Fokus auf das auszurichten, was Du wirklich willst. Du kannst heute damit anfangen, Dich auf Deine Vision zu fokussieren - egal, wie die Umstände grade sind.

Und glaube mir, die "Umstände" werden niemals günstig sein. Es wird kein Zeitpunkt kommen, an dem einfach alles so "in Butter" ist, dass Du Dir dann wirklich die Zeit nimmst, um Dich auf Deine Vision zu fokussieren. Glaub mir - irgendwas ist immer! ;-)) Deswegen kannst Du die Entscheidung, Dich auf Deine Vision zu fokussieren auch heute treffen. ;-))

In Wahrheit kannst Du diese Entscheidung auch nur heute treffen, denn



heute, jetzt ist der einzige Zeitpunkt, in dem Du wirklich die Macht hast. Wenn Du diese Entscheidung verschiebst auf "wenn es Dir besser geht" oder "wenn Du mehr Ruhe hast" oder "wenn Du dies das und jenes geregelt hast" dann gibst Du Deine Macht ab.

Die Umstände werden nicht besser und dann kannst Du Dich auf Deine Vision fokussieren. Die Umstände werden dann besser, *wenn* Du anfängst, Deinen Fokus auf Deine Vision auszurichten!! :-)) So herum wird ein Schuh draus. Ja, ich weiß, das ist anstrengend und es gibt so viel zu tun - doch Du tust es heute - oder Du tust es nie.

Du entscheidest heute, ob Du Dich von den Umständen kontrollieren lässt - ob Du einfach nur ein Leben der Reaktion führen willst. Hin- und hergeschleudert von den wechselnden Umständen. Oder ob Du Dir die Macht über Dein Leben zurückholst. Die Macht, die Dir von Geburt an schon zusteht. Die Macht über Dein Leben.

Du kannst heute in Dich hineinfühlen - und merken, dass Du so viel mehr bist - dass so viel mehr in Dir steckt, dass da so viel mehr Potential in Dir ist, das nur darauf wartet, verwirklicht zu werden. So viel mehr Freiheit. So viel mehr glücklich sein. So viel mehr Liebe. All das ist in Dir. Und all das wartet darauf, dass Du es rauslässt. All dies wartet darauf, dass Du es Wirklichkeit werden lässt. Du kannst heute damit anfangen!! :-)) Yippieh!! :-))

Du kannst heute damit anfangen, Deine Entscheidungen aufgrund dessen zu treffen, wo Du hinwillst. Du kannst anfangen, Deine Entscheidungen aufgrund Deiner Vision zu treffen. Du kannst anfangen, Deine Entscheidungen aufgrund diesem wunderschönen Bild in Deinem Kopf zu treffen. Was würdest Du tun, wenn es schon Wirklichkeit wäre?! Wie würdest Du handeln?! Was würdest Du tun?! Mit welcher Sicherheit würdest Du durchs Leben schreiten?! Wie gut würdest Du Dich fühlen!? ;-)) Und welche Entscheidungen würdest Du aus diesem guten Gefühl heraus treffen!?

Wie wäre es, wenn Du Deine Entscheidungen so treffen würdest, als wärst Du schon da, wo Du hinwillst?!

Wie wäre es, wenn Du das, was heute ist, nicht länger als Basis für Deine Entscheidungen nehmen würdest?!



Was wäre, wenn Du Deine Beziehung so führen würdest, als hättest Du schon die größte Nähe mit Deiner Partnerin, mit Deinem Partner, mit Deinen Kids?! Als hättest Du schon diese Nähe mit Dir selbst?! Was wäre, wenn Du Deine Entscheidungen so treffen würdest, als hättest Du schon diese wundervollen Beziehungen?!

Wird das Deinen Fortschritt beschleunigen?! Oh yeah!! Und wie!!! ;-))
Was wäre stattdessen, wenn Du warten würdest?! Wenn Du sagst, naja, ich habe noch keine tolle Beziehung - ich kann mir dann ja Mühe geben, wenn wir eine tolle Beziehung haben... glaubst Du, dass sich viel verändert?!

Oder, wenn ich abgenommen habe, dann fange ich an, Sport zu machen - oder mehr auf meine Ernährung zu achten. Wenn ich gesund bin, dann fange ich mit einem gesunden Lebenswandel an... wenn ich mehr Geld habe, dann fange ich an, vernünftig zu wirtschaften...

So passiert nie etwas!!!

Wenn wir unsere Entscheidung treffen aufgrund dessen, wo wir jetzt grade sind, dann treten wir auf der Stelle. Dann wird unser Leben an uns vorbeirauschen und wir werden uns am Ende fragen, ob wir nicht doch irgendwas hätten anders machen sollen.

Triff Deine Entscheidungen aufgrund dessen, wo Du sein willst. Triff sie so, als seist Du schon da. Dann passieren wirkliche Veränderungen in Deinem Leben!! :-)) Wenn Du die Vision von einem schlanken, gesunden Körper hast, dann triff Deine Entscheidungen so, als hättest Du ihn schon!! Wenn Du einen wunderschönen gesunden Körper hättest, würdest Du dann Junk Food in ihn hineintun? Würdest Du Müll essen?! (Junk ist englisch und heißt Müll - und Junk Food heißt übrigens aus gutem Grund so) Oder würdest Du Deinen Körper mit Nährstoffen versorgen, mit viel Obst und Gemüse?! Würdest Du Dich um Dich kümmern?! Würdest Du schauen, dass Dein Körper in Form bleibt?! Dass er genug Bewegung und frische Luft bekommt?! Ich wette mit Dir, das würdest Du tun!! :-)) Denn das ist, was Du tust, wenn Du in Einklang mit Deinem wunderschönen Körper bist.

Wenn das also Dein Ziel ist, dann tu diese Dinge heute!! Jetzt!! Es wird



kein besserer Zeitpunkt kommen. Wenn Du Deine Entscheidungen so triffst, als wärst Du schon da, wo Du hinwillst, dann wirst Du Deine Ziele in Rekordgeschwindigkeit erreichen!! ;-))

Natürlich wirst Du das in einem passenden Mass tun. Wenn Du 40 Kilo Übergewicht hast und Dich jahrelang nicht mehr wirklich bewegt hast zum Beispiel, wirst Du nicht damit anfangen 10 km joggen zu gehen. Aber Du kannst damit anfangen 20 Minuten stramm spazieren zu gehen. Und genau das kannst Du *heute* tun.

Viele Menschen machen keinen Anfang, weil sie glauben, diese 20 Minuten stramm spazieren, diese 30 Minuten Beschäftigung mit Ihrem neuen Business, diese halbe Stunde reden mit Ihrem Partner würde ja sowieso keinen Unterschied machen...

Doch es macht einen Unterschied!! Natürlich bist Du nicht von heute auf morgen schlank und gesund, wenn Du 20 Minuten spazieren gegangen bist - doch was ist, wenn Du das jeden Tag tust - und zwar ein halbes Jahr lang - glaubst Du, dass sich dann etwas verändert hat?! Und wie!!!

Das Geheimnis liegt darin, jeden Tag so zu handeln, als wärst Du schon da, wo Du wirklich hinwillst. Dein Körper schon so zu behandeln als hättest Du schon Deinen Traumkörper, Deine Finanzen so zu managen als wärst Du schon finanziell frei. Das 6 Konten Modell jetzt schon anzuwenden. Und wenn es im ersten Monat nur 10 € sind, die Du auf diese Konten verteilst. Du kannst heute damit anfangen. Deine Partnerin heute so voller Liebe umarmen als hättest Ihr schon wieder diese nahe wundervolle Beziehung. Deinen Kids so aufmerksam zuhören, als hättest ihr schon wieder dieses tolle Verhältnis zueinander. Du kannst heute damit anfangen.

Du kannst heute damit anfangen zu handeln - anstatt nur zu reagieren.

Und ja, ich weiß, das ist eine der schwierigsten Dinge auf dieser Welt - so zu handeln, als wären wir schon da. ;-)) Wirklich an uns und unsere Träume so stark zu glauben, dass wir auch wirklich danach handeln - gerade wenn überall nur von Krisen gesprochen wird.

Doch große Krisen bergen auch große Chancen. Die Chance, unser wirkliches Potential zu entdecken und zu entfalten. Wirklich unsere



Komfortzone zu verlassen und zu wachsen. Grade wenn es unbequem ist.

Es ist unsere Entscheidung, ob wir dies zu einer Zeit der großen Krise machen - oder ob wir das hier zur besten Zeit unseres Lebens machen!! ;-)) Die Entscheidung liegt ganz allein bei uns.

Und ich will Dich darin bestärken, mutig zu sein. Zu erkennen, was alles Wundervolles in Dir steckt. Welche wunderschönen Überraschungen das Leben noch für Dich bereit hält. Was für exorbitant gutes Leben Du führen kannst - wie viel Liebe für Dich hier ist. Wie viel Freiheit für Dich hier ist - yippieh!! :-)) Und wie viel glücklich sein für Dich da ist!! :-)) All dies ist hier für Dich!! Und Du kannst Dich heute entscheiden, Dich auf den Weg zu machen. Indem Du Deine Entscheidungen aufgrund dessen triffst, wo Du hinwillst - und nicht mehr einfach nur auf das reagierst, was Du im Moment siehst - mit den Augen...

Es ist unsere Entscheidung. Unser Leben. Holen wir es es uns!! :-))

Und damit das hier auch eine Basis bekommt, fordere ich Dich ein bisschen heraus... ;-)) Nimm Dir heute abend mal eine halbe Stunde Zeit - es kann auch etwas mehr sein - und dann schreibe auf, wo Du in 3 Jahren sein willst. Wenn alles möglich wäre... wenn Du eine freie Vision haben könntest - keine Einschränkungen, wenn Du alles tun könntest, was Du willst:

Was für ein Leben willst Du führen?! Wo willst Du sein?! Mit wem willst Du sein?! Was willst Du tun?! Wie ist mit Deiner Gesundheit?! Deinen Finanzen?! Deine Beziehungen?! Was ist mit Deinen Freunden?! Was ist mit Deiner Spiritualität?! Nimm Dir diese Zeit und mache Dir klar, was Deine Vision ist... denn nur, wenn Du weißt, was Deine Vision ist, kannst Du auch auf Ihrer Basis handeln - ist ja klar... ;-))

Also tu Dir selbst den Gefallen, nimm Dir die Zeit, ein paar Blätter Papier und dann schreibe...

Du brauchst das niemandem zu zeigen - mir nicht - und auch niemanden in Deiner Familie - tu das für Dich. Es geht hier um Dein Leben. Tu es für Dich. Und tu es!!

Vielleicht willst Du die Blätter ja irgendwo aufheben und dann in 3-4

Montags Motivation Basic



Jahren noch einmal drauf schauen - um dann vielleicht erstaunliches zu entdecken - wer weiß!? ;-))

Dieses Leben hier ist für Dich, Du wundervolles Wesen - genieße es, lebe es und liebe es!! Du hast es verdient!!

Einen gesegneten Tag für Dich!!

Dein André

P.S.: Ich freue mich auf Dein Feedback zu dieser Momo auf <http://www.montags-motivation.de/feedback>

P.P.S.: Wenn Du diese Folge Momo auch als wunderschönen mp3 download haben möchtest, dann kannst Du Dich entscheiden, Montags Motivation mp3 für 4 Wochen für € 1,- zu testen. Einfach unter

<http://www.montags-motivation.de>