

EXPERTENTIPP

Positive Glaubenssätze: Mach dir die Welt, wie sie dir gefällt!

„Ich bin einfach nicht gut in der Telefonakquise, das liegt mir nicht ...“ Du glaubst nicht, wie oft ich Sätze wie diesen schon in meinen Trainings gehört habe. Weißt du, was das fatale daran ist? Dabei handelt es sich um selbsterfüllende Prophezeiungen. Je öfter du dir selbst so einen Quatsch einredest, umso eher wirst du bei deinem nächsten Akquisetelefonat scheitern. Ich kenne Verkäufer, die haben schon die Schweißtropfen auf der Stirn stehen, bevor sie überhaupt zum Hörer greifen. Dabei muss das überhaupt nicht sein – denn nur wir selbst sind verantwortlich für die Glaubenssätze, nach denen wir leben!

„Du bist halt unmusikalisch!“

Ich möchte mich gar nicht frei davonmachen. Auch ich bin in meiner Jugend mit, sagen wir mal, eher bescheidenen Glaubenssätzen aufgewachsen. In meiner Schulzeit gab es eine ganze Menge prägender Erlebnisse, die nicht gut für mein Ego waren. Zum Beispiel musste ich eines Tages im Musikunterricht zum Vorsingen nach vorne. Meine Hypothek war, dass sowohl mein Bruder als auch meine Schwester sehr musikalisch waren. Das half mir jedoch kein bisschen: Das Vorsingen ging total in die Hose. Und der Lehrer hatte sein Ziel erreicht. Das Schlimmste war sein mitleidiger Ton: „Ach, Martin, setz dich wieder hin. Du bist halt unmusikalisch. Das ist halt so ...“ So entstehen Glaubenssätze. „Du bist halt unmusikalisch!“ Treffer. Versenkt. Ich habe das verinnerlicht und glaubte tatsächlich fast mein ganzes Leben lang, dass ich unmusikalisch sei. Nur weil so ein schlechter Lehrer sich seiner Verantwortung nicht bewusst war und es nötig hatte, einen schwachen Schüler noch schwächer zu machen.

Ähnlich erging es mir mit meinem Deutschlehrer. Er war unser Klassenlehrer und glaubte damit, die Hoheit über unseren weiteren Lebensweg zu haben. Einmal bestellte er meinen Vater ein, weil ich schlechte Noten hatte. Er sagte: „Herr Limbeck, aus Ihrem Früchtchen wird NIE was werden!“ Hammer! Überleg mal, wie aggressiv und wie gehässig. Was musst du für ein armes kleines Würstchen sein, wie wenig muss aus dir geworden sein, um einen völlig verunsicherten Jungen in der Pubertät dermaßen zu demütigen! Und weil ein guter Teil der Lehrer ihre Schuhe auf mir abstreiften, hatte ich natürlich auch überhaupt kein Standing in der Klasse. So funktioniert Führung – auch im Negativen.

Programmier dich auf Erfolg!

Ok, Singen ist heute immer noch nicht meine Stärke. Doch wenn ich es tue, dann frei von jeglichen Hemmungen und einfach, weil mir gerade danach ist. Bis dahin war es ein langer Weg. Denn niemand außer dir selbst kann die negativen Glaubenssätze aufbrechen. Du musst dich ihnen stellen und dich von deinen selbst auferlegten Fußfesseln lösen. Ich habe mich zum Beispiel auch lange damit rumgeschlagen, dass ich die Schule nur so mit

Ach und Krach und einigem Abschreiben geschafft habe. Als mir ein wichtiger Wegbegleiter nahelegte, dass ich ein Buch schreiben sollte, habe ich ihn erst mal für völlig verrückt erklärt. Ein Buch schreiben – ich? Das erschien mir so unwahrscheinlich, wie wenn ein österreichischer Bodybuilder kalifornischer Gouverneur werden könnte. Wie diese Geschichte ausgegangen ist, ist allgemein bekannt. ☺ Ich hatte den glasklaren Glaubenssatz „Ich kann kein Buch schreiben.“ Doch dieser besagte Freund ließ nicht locker und unterstützte mich unglaublich. Was daraus geworden ist, weißt du: Im Herbst wird mein inzwischen fünftes Buch erscheinen. Ich bin unglaublich froh, dass ich mich aufgerafft habe und den negativen Stimmen – um mich herum und in meinem Kopf – den Kampf angesagt habe. Und das nicht nur in Bezug auf Bücherschreiben. Ich hatte einst negative Glaubenssätze und bin heute einer, der auch andere motivieren kann. Ich hatte früher einen Hang zum Negativen und bin heute ein leuchtender Optimist. Ich sage dir: Wenn du erkannt hast, womit du dein Leben verändern kannst, dann relativiert sich vieles von dem Geschwätz. Auf einmal sieht die Welt ganz anders aus und vieles geht dir bedeutend leichter von der Hand. Also pack es an!