



**HAVASS**  
Academy & Coaching

## TAG 8

Während wir uns heute dem Ziel nähern, werden wir über die einzige Kreuzung sprechen, die diejenigen, die das Ziel erreicht haben, von denen trennt, die es nicht erreicht haben:

### Widerstand!

Wenn du dich an den Tisch setzt, um zu arbeiten, wirst du plötzlich müde, du möchtest plötzlich die Wohnung aufräumen, die du seit Monaten nicht mehr aufgeräumt hast. Lass mich vorstellen; Das ist der Widerstand, der dich dazu bringt, das zu tun. Widerstand ist die einzige Kraft, die dazu führt, dass Desserts, die du zu normalen Zeiten nicht isst, bei einer Diät in den Sinn kommen. Wenn wir eine neue Entscheidung treffen, in eine neue Realität übergehen wollen, vielleicht zu Beginn des Weges oder später, werden wir auf Widerstand stoßen. Unser Ego zeigt Widerstand gegen Veränderungen, gegen Wandlungen, dagegen, jemand Neues zu sein.

### Aber warum? Sind wir verrückt?

Nein, wir sind nicht. Nur wir alle haben einen Teil namens Ego, und dieser Teil hat große Angst vor dem Unüblichen! Er kämpft mit aller Kraft, um zu überleben, um dich am Leben zu erhalten und um die vertraute, bekannte und sichere Zone nicht zu verlassen!

### Warum macht er das? Ist das Ego unser Feind? Wer ist dieses Ego?

Das Ego ist nicht dein Feind und kann es nicht sein. Weil dein Ego ein Teil von dir ist. Die wörtliche Bedeutung des Ego bedeutet "ICH". Wie sollte das Ego dein Feind sein? Im Inneren befindet sich ein Teil, der die Entscheidungen, die du bisher getroffen hast, auf Kosten seines Lebens schützt. Weil er will, dass du in Sicherheit bist. Aber dieser Teil von dir sieht alle Mittel als erlaubt, um dich zu schützen. Wenn du eine neue Entscheidung triffst, ist er bereit, alle seine Trümpfe zu nutzen, um dich aufzuhalten.

### Also, was machen wir jetzt? Werden wir für immer in der Komfortzone stecken bleiben?

#### Was ist mit unseren Zielen passiert?

Natürlich werden wir nicht stecken bleiben. Die Ziele sind immer noch in unser Taschen, keine Sorge. Widerstand bedeutet nicht, dass du unvollkommen bist oder dass du etwas falsch machst. Widerstand ist Teil des Prozesses. Wir werden heute einen Blick auf die Widerstände werfen, mit denen wir konfrontiert werden können. Fangen wir an, wenn du bereit bist.

**Ausreden:** Alle diese Urteile, die von dem Teil erfunden wurden, das sich dem Wandel widersetzt, um nicht die neue Realität zu erreichen, die du dir wünschst.

- Du kannst nicht abnehmen, weil....
- Du kannst kein neues Unternehmen gründen, weil....

Kurz gesagt, alle Sätze, die mit "Es wird nicht funktionieren, weil ..." beginnen, sind die Ausreden, die das Ego dir bietet, um bereits am Anfang aufzugeben. Zu wissen, dass all diese Sätze aus dem Hintern des Ego kommen, und sogar die Stimme des Ego von der inneren Stimme zu trennen, die dich führt, ist ein großer Schritt! Denn bis jetzt hast du gedacht, das wäre deine Realität. Jetzt weißt du, von wem und woher sie kommen.

**Pannen:** Denke an alle Pannen, die auftreten, wenn du etwas neues beginnst. Du wirst zu einem Vorstellungsgespräch gehen; Dein Auto hat eine Panne, du verschüttet etwas auf deine Kleidung, die Hacke deines Schuhs ist gebrochen... Weil du dich gegen Veränderungen wehrst. Weil du einerseits willst, andererseits, weil du das Unbekannte fürchtest: Du strahlst die Energie "DAS WILL ICH NICHT!" aus. In Zeiten wie diesen, kannst du die Ansicht des Ereignisses ändern, indem du sagst: "Ich weiß, warum das passiert."

**Aufschub:** Eines der Lieblingsspiele des Ego ist der Aufschub.

- "Du bist jetzt sehr müde, du kannst es morgen tun."
- "Du hast noch viel Zeit, du kannst es später erledigen."

Dein Ego kommt mit solchen gerissenen Ausreden, dass es unmöglich ist, ihm nicht Recht zu geben... Da, der sowieso bereit ist aufzugeben, gibst ihm das Recht und ziehst dich mit der kleinsten Ausrede aus dem Spiel zurück. Aber ich habe Neuigkeiten für dich; Selbst wenn du erschöpft bist, sind diejenigen, die trotz alledem weiter gehen, erfolgreich.

**Referenzierung aus der Vergangenheit:** Wenn du in der Vergangenheit versucht hast, etwas zu erreichen, und aus verschiedenen Gründen gescheitert bist, bringt dein Ego all deine Fehler mit und stellt sie dir mit einer wunderbaren Präsentation vor. Wenn du nicht weißt, dass dies ein Spiel ist, dann fällst du rein.

- "Du dachtest, jede Person, die in dein Leben kam, sei die richtige Person, aber du wurdest immer enttäuscht. Bist du sicher, dass du dir wieder Hoffnungen machen und verletzt werden möchtest?"



### Aufgaben

- Höre heute auf dein Ego. Welche Spiele benutzt er gegen dich?
- Schreibe alle Ausreden, die du heute und vorher gehört hast, die Rückschläge und die Aufschub-Spiele in deine Arbeitsagenda.

