



# Abenteuer ICH

Lernen Sie zu erkennen, was Sie bremst oder antreibt. Denn der Weg zum Selbst ist der Schlüssel zu mehr Zufriedenheit und Erfolg, weiß **Dr. Manfred Greisinger**

Wie oft wohl ist Schmerz der wesentliche Impulsgeber für Veränderung: Den Lebensgefährten, einen ganz nahen Menschen, aber auch einen tollen Job, ein Heim, Anerkennung, Macht, Ruhm zu verlieren, das alles tut entsetzlich weh. Und doch ist es die Aufforderung, die Einladung, nun ganz den EIGENEN Weg zu gehen: den All-ein-steig zu wagen... Ohne das geliebte „Ent-Stiegene“ zu vergessen, die liebe Er-Innerung zu wahren.

Allein steigen wir herum, suchend, zweifelnd, hadernd, beschäftigen uns gerne mit Projekten, anderen Menschen, die uns vom Alleinsein ablenken. Und wenn wir durch diese Phase gegangen sind, vielleicht schon mit zarten Momenten der Freude, dann passiert plötzlich das Erkennen, dass wir den All-EINSTIEG wagen können, die Verbundenheit in und mit allem spüren dürfen, das Gemeinsame »

über alle Menschen und Lebewesen hinweg begreifen, fühlen. Und erkennen, dass es gar kein Alleinsein im Sinne von Einsamkeit gibt: Denn wir sind eingebunden in die universale Schöpfung. Doch der Fisch, so besagt eine spirituelle Weisheit, „merkt’s als Letzter, dass er im Wasser schwimmt“.

### Alleinsteig zum Selbst

Am Tempel des Apoll in Delphi war in der Antike für alle sichtbar, kurz und markant zu lesen: „Erkenne dich selbst“, „Werde, der du bist“ und „Nichts im Übermaß“. Selbsterkenntnis als tägliche Übung, sollte der Anfang sein, die Basis für jedes sinnvolle Denken über Gott und die Welt. So ist es wohl ein großer, vielleicht der überhaupt größtmögliche Schritt des Lebens, sich von der Rolle des Verwalters, bzw. noch präziser formuliert, von der Rolle des Verwalteten zu verabschieden und eine aktive, bewusste Lebensgestaltung zu wagen. Sich fortan nicht mehr ablenken zu lassen, die eigenen Fragen zu stellen und die eigenen Antworten für das eigene Leben zu finden. „Unsere Aufgabe ist, das zu werden, was wir sind“, mahnte ganz im Delphi’schen Sinn der große Seelenkundige C. G. Jung. Erfolg heißt, sich selbst zu folgen, im eigenen Tempo. Der Alleinsteig ist notwendig, um unserem Innersten – endlich – die Chance zu geben, gehört zu werden. Was lähmt mich? Was treibt mich an? Was in mir will (s)ich entwickeln? Worin liegt meine Sehnsucht?

### Mit sich den Kreis schließen

Selbst-ständig: Ständig ich selbst sein! Ohne Verrenkung. Ohne vorgespielter guter Miene



**Lebens-Aufgabe: Geben Sie Ihrem Innersten die Chance, gehört zu werden**

zu üblem Spiel. Ohne freundlichem Schulterklopfen, wo hinterrücks die Hacken fliegen. In gewissem Sinn sind wir alle Allein-Steiger und Allein-Steigerinnen. Wir sind für das, was wir tun – und auch das, was wir nicht tun – selbst verantwortlich!

- » Wer ist Ihr bester Gefährte?
- » Wer hat den ständigen Überblick?
- » Wer sorgt für Lob, Anerkennung, Motivation?
- » Wer versorgt Sie mit Ideen für ein spannendes Dasein?
- » Wer kümmert sich um Ihre Zukunftsstrategie?
- » Wer kann mit Zweifeln, Ängsten, Anschuldigungen, Kritik umgehen?
- » Wer macht selbst im Krankheitsfall wie ein Perpetuum Mobile weiter?
- » Wer hält Ihr Leben in Schwung?

- » Wer kann/soll Sie glücklich machen?
- » Wer ist für Ihre Gesundheit, Ihr Leben verantwortlich?

Sie sind es, ganz allein Sie selbst. Und diese Wahrheit müssen wir anerkennen. Aber auch die notwendigen Konsequenzen daraus ziehen. Klar: Wir brauchen nicht die ganze Welt auf unseren zarten Schultern tragen. Viele nehmen uns talentierte Mitmenschen ab. Die Kernfragen des Lebens können jedoch nur Sie beantworten.

### Wo Es war, soll allein Ich werden...

„Der Starke ist am mächtigsten allein“, meint der Volksmund. Das gilt aber wohl nur dann, wenn er um seine Stärken – und Schwächen – weiß! Wollen Sie sich der spannendsten aller Fragen stellen? Wer sind Sie? Wer antwortet, wenn Sie nach Ihrem Ich rufen? Der Filial-

direktor, die Chefredakteurin, Abteilungsleiter, BMW-Fahrer, Society-Reporter, Unternehmerin, die Mutter, der Golfspieler ... Welche Visitenkarte zücken Sie? Wir verbergen unser Ich oft hinter tollen Autos, tollen Partnern, tollen Maschinen, Häusern, Yachten, Seegrund am Wörthersee, Power Point, Designerklamotten... Für Menschen, für die Selbstreflexion mehr bedeutet als ein Blick in den Badezimmerspiegel, ist das Ich – und somit der Allein-Steig – das größte aller Abenteuer! Gemäß der von Sigmund Freud ausgegebenen Lösung: „Wo Es war, soll Ich werden...“ Das Unklare, Unbewusste, soll der Erkenntnis weichen. Wenn ich über mich und die mich treibenden Kräfte Bescheid weiß, muss ich mir von keinem anderen mehr in wesentlichen Belangen reinreden lassen. ■

*Dr. Manfred Greisinger ist „ein aus Allentsteig stammender ‚All-Ent-Steiger‘“. Er ist freier Autor, PR-Coach, Referent, Trainer und Universitäts-Lektor für personal branding. Dr. Greisinger hat bereits 18 Bücher im Eigenverlag Edition Stoareich veröffentlicht.*

### BUCHTIPP

all\*ein\*steig  
Mut zur eigenen Lebensspur

Dr. Manfred Greisinger,  
Edition Stoareich

➔ **Klick! [www.stoareich.at](http://www.stoareich.at)**

