

Nummer 19

Gehirnpfade



Zauberei ist überall vorhanden. Wir verzaubern unser Leben, indem wir bestimmten Dingen, Handlungsabläufen und Gedanken eine persönliche Bewertung geben.

Zauberei im Alltag:

Das fängt schon früh morgens im Bett an. "Heute ist mein Tag", denken sich viele Zeitgenossen (noch mehr denken, "Heute ist ein Sch.-Tag). Wie kommen sie zu dieser Einschätzung? Sie bewerten die Zukunft, indem sie aus der Vergangenheit, aus dem Erlebten bestimmte Erinnerungen übernehmen und in die Zukunft tun. Das ist an sich schon Zauberei, denn real lässt sich eine Zukunft nicht vorhersagen oder vorhersehen. Hinzu kommt, dass schon ein Sonnenstrahl ausreichen kann, um den ganzen Tag zu ändern, ein einziges Lied im Radio oder ein Anruf.

Eckart von Hirschhausen benennt diesen Aspekt wundervoll beim Erstellen von Horoskopen:
" In drei Schritten zum neuen Sternzeichen.

1. Verbinden Sie am Sternenhimmel willkürlich irgendwelche Sterne miteinander. Sie müssen kein schlechtes Gewissen dabei haben, genauso sind auch die "richtigen" Sternbilder entstanden.
2. Welche Eigenschaften wollten Sie schon immer mal haben? Ordnen Sie diese Ihrem neuen Sternbild zu. Es gibt nichts Negatives, maximal liebenswerte Marotten.
3. Ab sofort stehen Sie unter dem Einfluss und dem speziellen Schutz dieser ganz individuellen kosmischen Konstellation. Spüren Sie es schon? Die Sterne lügen nicht!"

Merke: Horoskop:

Wenn es zufällig eintrifft, dann ist es bewiesen. Jedes Mal, wenn es nicht eintrifft, wird es ausgeblendet. Das nenne ich mal Zauber! Und dieser ist gut untersucht (Siehe Seitenkasten).

Die Verzauberung des Lebens wird auch Magie genannt. Es gibt magische Momente, magische Zahlen, magische Gedanken. Der innere Magier zaubert. Ja, aber wie? Und wann ist es hilfreich?

Nächster Newsletter: "Motivations-Sprech"

Termine:

8.-10.05.15: Selbsthypnose. Offen für Jedermann / Jederfrau

10.-12.07.15: Um die Ecke gezoacht.

Coachingweiterungen für drinnen und draußen. Offen für Coaches, Trainer, Berater

11.-13.09.15 Hypnose im Beruf. Offen für J/J

2.-4.10.15 Bewegte Lösungen. Aus festgefahrenen Problemen wieder in Fluss kommen. Offen für Menschen mit Vorwissen im Bereich Training, Coaching, NLP, Therapie

20.-22.10.15 Gesundheit. Offen für J/J

Alle Seminare finden in 83098 Brannenburg statt.

Infos: www.persoennlichkeit-entscheidet.de

Hey

"Die Macht des Positiven
Gute Nachrichten verändern eher die Lebensweise von Menschen. Lungenkrebs. Herzinfarkt. Impotenz. Runzlige Haut. Vor diesen und noch viel mehr hässlichen Wirkungen wird auf Zigaretenschachteln gewarnt. Also, warum fangen trotzdem so viele Menschen mit dem Rauchen an? Ein Grund scheint zu sein, dass Menschen unangenehme Informationen weitgehend ausblenden und Warnungen deshalb kaum dazu geeignet sind, um Verhalten zu verändern.
Mit positiven Informationen geht der Mensch eben ganz anders um: Er nimmt sie ernst; besonders, wenn sie ins eigenen Weltbild passen."
(Süddtsche 10.09.13, S.Herrmann).

"Nebelkerzen im Kopf
Betrunken ohne Alkohol,
aufgeputscht trotz

Ein einfaches Beispiel: "Ohne Kaffee bin ich nur ein halber Mensch". Wo steckt hier der Zauber drin? Na, zum einen im Kaffee, dem egal ist, was die Forschung sagt. Und zum anderen in der Zahl. Welche Hälfte fehlt denn ohne Kaffee? Und wieviele bin ich nach 3 oder mehr Tassen Kaffee ($1/2 + 1/2 + 1/2 + \dots$)? Kaffee ist tatsächlich für viele Menschen Zauberei. Der Geruch nach frisch gemahlenem Kaffee hat eine Bewertung bekommen, die weit über den Augenblick hinaus reicht. Und das Trinken ebenso. Ein Kaffee weckt eine andere Seite in mir, die sonst fehlen würde. Na, wenn das keine Zauberei ist. Was für eine Vorstellung: nur die halbe Person sitzt beim Frühstück, mit jedem Schluck Kaffee wächst die andere Hälfte heraus.

Wie entsteht so ein Zauber:

Der Zauber "Ohne Kaffee bin ich nur ein halber Mensch" hat sich vermutlich automatisch eingerichtet, weil im Kaffee reale Grundlagen vorhanden sind. Er riecht, schmeckt, regt Herz und Kreislauf an. Dann kam es zu magischen Ritualen: die Tasse Kaffee in der Pause, zur Begrüßung. Mittlerweile hat sich das magische Ritual zu einem Kulturellen ausgeweitet (Kaffeekult).

Ich fasse zusammen. Wie geht Verzaubern: eine Handlung (z.B.: Kaffeetrinken) oder ein Symbol (z.B.: Fußballschuhe) ein Wort (z.B.: "om") wird neben der realen Bedeutung noch "aufgeladen" mit subjektiven Bedeutungen. Diese Aufladung kann absichtlich oder unbeabsichtigt geschehen und wirkt automatisch.

Wer zaubert alles:

Fußballer verzaubern ihre Schuhe, Frauen den Schmuck, die Kleidung. Engländer das Wetter (wie könnten sie sonst bei niedrigen Temperaturen und Sonne ins Wasser gehen. Sie müssen doch irgendwie denken: Sonne, dann ist es warm!)

Magie von außen: wenn Du genug Omega 3 isst, bleibst Du fit. Die Werbung verzaubert die Lebensmittel (Bier = Feierabend), die Wettervorhersage verzaubert Allergiker...

Wann ist Zaubern hilfreich:

Zaubern ist hilfreich in all den Situationen, in denen eine Portion Zauber das Leben leichter macht: bei Reden, Prüfungen, Begegnungen mit wichtigen Menschen, sportlichen Leistungen... Jedoch ist das nur so, wenn alle real auszuführenden Punkte

Beruhigungsmitteln, erfolgreich mit Glücksbringern: Wahrnehmung und Denken des Menschen lassen sich erstaunlich leicht manipulieren ...-... Wer seine Sportsocken über mehrere Tage zu einem Anschlag auf die Nase verkommen lässt, möchte nach einem ersten Sieg unter möglichst exakt gleichen Bedingungen ins nächste Match gehen. So werden sinnlose Objekte oder Verhaltensweisen mit einem Erfolg assoziiert und mit einer Erwartung versehen. "Wenn wir ein bestimmtes Ereignis erwarten, dann setzen wir automatisch eine ganze Kette von Denkmustern und Verhaltensweisen in Gang, die dieses Ergebnis eintreten lassen - nur dass wir die Ursache dafür falsch bewerten", schreiben die Psychologen um Michael in ihrer Arbeit." (Süddeutsche 10.07.12, S.Herrmann).

gemacht wurden. Wenn ich mir z.B. gegen "Ausgefragt-werden-Stress" eine Schutzbrille vorstelle, die mir meiner Meinung nach beim Kontrollieren der Situation hilft, so ist das sehr sinnvoll, wenn ich in Realität gut gelernt habe, also vorbereitet bin.

Zauberei und Magie ohne reale Vorbereitung ist nach allem was ich bisher erlebt habe und beurteilen kann, Scharlatanerie.

Eine Zauberübung:

Nehmen wir mal an, Du könntest zaubern und wolltest Dir einen ganz bestimmten Ohrenschutz zaubern, durch den nur die angenehmen Tonlagen dringen. Bei unangenehmen Tonlagen blenden die Kopfhörer das Unangenehme aus und belassen die nüchterne Botschaft. Wie wäre das für Dich? Welche Formen und Farben und technische Ausrüstung bräuchtest Du?

Ein weiteres Beispiel: Die Rüstung, die zweite Haut, die Schutzkleidung gegen einschüchternde Menschen. Gut tauglich bei jeglicher sprachlichen und körpersprachlichen Bedrohung. Umbedingt mit einzubauen: ein Spezielsensor, der angibt, ab wann die reale Flucht oder das Anwenden der Verteidigungstechniken dem Zauber vorzuziehen sind.

Viel Vergnügen! Selber Zaubern schafft magische Momente!

Heide Janowitz
Gehirnnutzerin

[Newsletter weiterleiten](#)
[Aboeinstellungen ändern](#)
[Abmelden](#)

Copyright © 2014 All rights reserved.

MailChimp