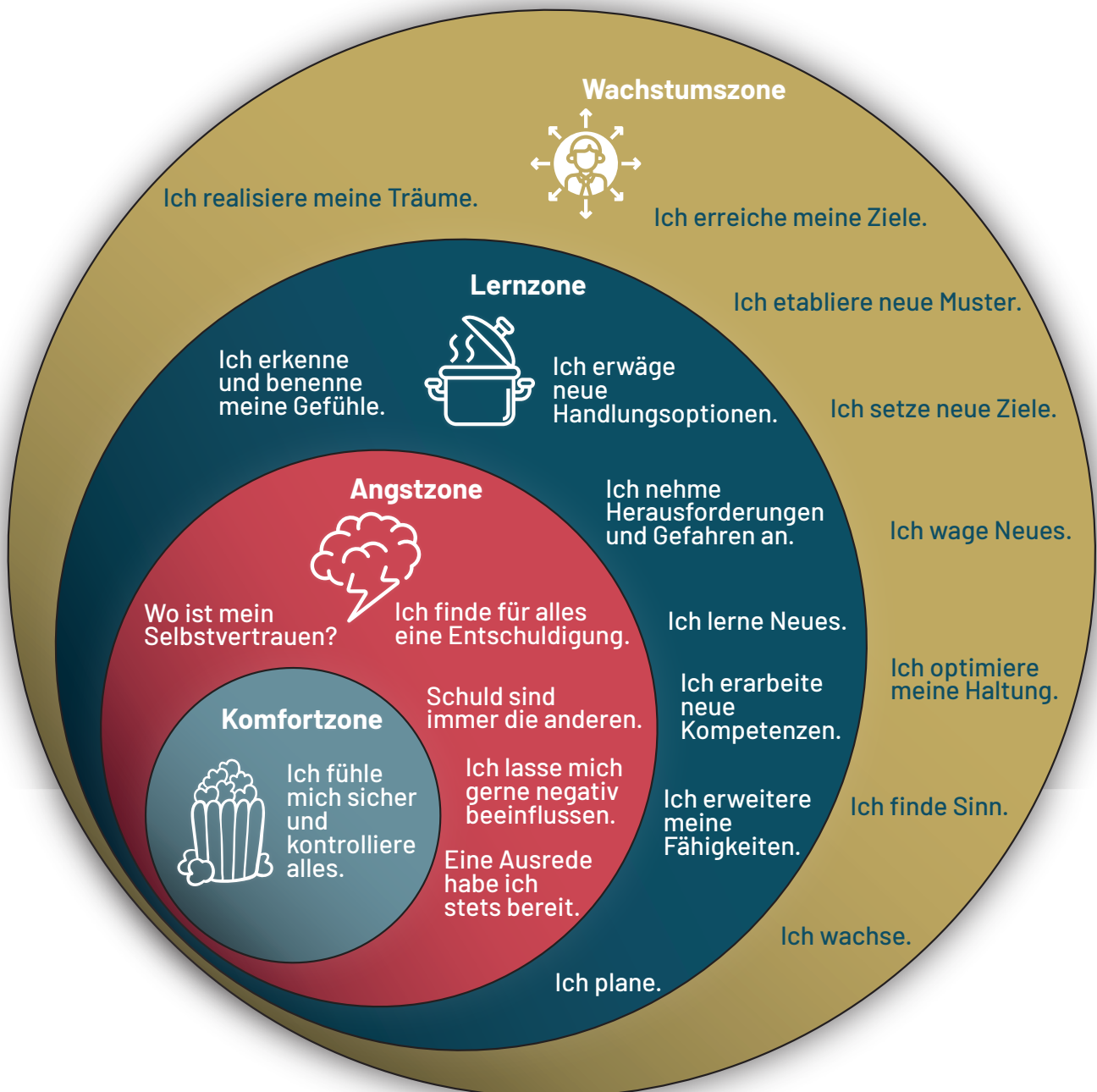


POPCORN

Machen ist wie wollen - nur krasser.



It always seems impossible, until it's done.

Nelson Mandela

Komfort ist doch nichts Schlechtes

Hier bleibe ich. Das ist der mit Abstand schönste Ort, den ich mir vorstellen kann. Es gibt nichts Besseres. So kann es ewig bleiben. Hier richte ich mich ein und genieße bis zum Schluss. Genau so. Und nicht anders. Ich nenne sie Popcornzone.



Raus aus der Popcornzone

Später. Morgen. Vielleicht. Eigentlich, Hätte. Würde. Könnte. Möchte. Sollte. Ich kann nicht. Ich will nicht. Ich weiss nicht wie. Ich darf nicht. So viele Aussagen mit dem immer gleichen Ausgang. Es bleibt alles beim Alten.

Es ist anspruchsvoll, dass die Komfortzone von der Angstzone umgeben ist. Ein Ausgang aus der Komfortzone ist somit nur über ein Überwinden der Angstzone möglich. Zu aufwändig - da bleibe ich lieber. Wozu auch ändern? Es gibt ja keine Garantie, dass es wirklich besser wird.

Sich den Ängsten stellen

Was ich sehe, wenn ich über den Tellerrand schaue, macht mir Angst. Das kenne ich ja gar nicht?



Ich sitze im Driver Seat meines Lebens, spiele die Hauptrolle in diesem Film. Ich übernehme das Steuer und stelle mich all dem, was ich an Geistern aus meiner Geschichte mitbringe. Ich setze mich mit mir auseinander. Liebevoll. Achtsam. Wohlwollend.

Ich nehme mich wahr und merke dabei, dass ich wertvoll bin. Nicht im Vergleich mit anderen. Einfach so wie ich Ich bin. Das genügt.

Lebenslang lernen

An diesem Punkt breche ich zu meiner eigenen Lernreise auf. Offen für das Neue. Bereit, Routinen zu hinterfragen und zu ändern. Zu entdecken und zu lernen. Wissen zu sammeln, Kompetenzen zu entwickeln und sogar eine Expertise zu erarbeiten.

Ich bestimme selber, wo mein Deckel ist. Mein Hunger nach mehr wächst mit dem Erkennen von Zusammenhängen, von Verbindungen, von Höhen und Tiefen. Ich lerne aus Erfolgen und aus Misserfolgen. Beide feiere ich auf meinem Wachstumsweg.



Du definierst die Höhe deines Deckels

Glücklicherweise ist unser Gehirn ein Leben lang fähig, Neues zu lernen. Einerseits dürstet es danach. Andererseits liebt es automatisierte Routinen, damit es nicht zu viel arbeiten muss. Das wäre doch eine wunderbare Entschuldigung, überhaupt nie auf die Reise raus aus der Popcornzone zu gehen.

Steve Jobs beendete seine Rede vor den Absolvent:innen 2005 an der Stanford University mit den Worten:

«Stay hungry, stay foolish.»

Fragen zum Sinnieren:

- + Wann habe ich letztmals meine Popcorn Zone verlassen?
- + Welche Ängste und Entschuldigungen halten mich zurück?
- + Was habe ich als Letztes gelernt?
- + Wie gross will ich werden?