



DAS LEBENS- RESTAURANT



Diego und das Lebensrestaurant®

Diego hat Hunger und macht einen Abstecher ins Lebensrestaurant®. Was er dort erlebt ist unglaublich. Er erhält eine Lebenslektion, wie er Wünsche so formuliert, dass sie auch vom Leben verstanden werden. Eine hilfreiche Erfahrung, welche hoffentlich auch Deinem Kind helfen wird.

Diego und das Lebensrestaurant®

Diego besucht heute das Lebensrestaurant® von Fabian Ries, aus dem Jahr 2015. In diesem Lebensrestaurant erfährt Diego einiges über das Resonanzgesetz. Du weisst nicht, was das Resonanzgesetz ist, kein Problem, Diego wird es Dir gleich zeigen.

Diego macht sich auf den Weg ins Lebensrestaurant. Ein wunderschönes Gebäude zeigt sich ihm, während er sich der Tür nähert. Er tritt ein und wird freundlich begrüsst und an einen Tisch geführt. Der Kellner kommt zu Diego und zückt Stift und Notizblock: „Sie wünschen?“ Diego antwortet mit grummelnden Magen: „Ich habe Hunger. Ich will Essen!“ Der Kellner wartet noch einen Augenblick, bis er wieder fragt: „Sie wünschen?“ Diego erwidert abermals „Habe ich doch gesagt! Ich will ESSEN!“ Der Kellner verlässt Diego, um sich seinen weiteren Gästen zu widmen. Soll sich Diego doch erst mal bewusst werden, was er wirklich möchte.

Das klingt verrückt. Doch wie oft verhalten wir uns genau wie Diego?

Ich bin zu dick, ich will abnehmen.

Ich bin schlecht in der Schule/Studium. Ich will besser sein.

Mein Chef ist ein Blödmann. Ich muss hier weg.

Wie viel willst Du abnehmen? Reichen Dir ein paar Gramm? Was bedeutet es für Dich, besser zu sein? Beschränkst Du es auf Deine Noten? Willst Du in einer anderen Abteilung, einem anderen Unternehmen oder selbständig arbeiten? Weisst Du, welche Gefühle dahinterstecken und nach was Du Dich in Wahrheit sehnst?

Bei vielen von unseren Wünschen hat der Kellner des Lebens keinen blassen Schimmer, was er uns bringen soll. Meistens sind es allgemeine Wünsche, die weder messbar noch spezifisch sind. Wie Diego schreien wir nur unsere Bedürfnisse in die Welt und das Leben reagiert – es wartet, bis wir unsere Wünsche richtig formulieren.

Konzentriere Dich auf das, was Du möchtest

Diego pustet aus beiden Backen. O.K., sein Fehler. Er verlangt nach der Speisekarte. Der Kellner bringt sie sogleich. Sie ist so dick wie ein



Telefonbuch! Es gibt alles Erdenkliche. Der Kellner steht vor ihm mit spitzem Bleistift. „Sie wünschen?“, „Ja, ganz langsam. Ich muss mich hier erst mal zurechtfinden.“ Diego ist bei den Meeresfrüchten gelandet.

„Die Fischsuppe nehme ich schon mal nicht. Auf keinen Fall. Das sind meine Freunde.“ Der Kellner nickt, notiert sich die Fischsuppe und schreitet in die Küche. Der Kellner ist trainiert, Bestellungen aufzunehmen. Er versteht das Wort „nicht“ nicht und hat allein das Bild der Bestellung im Kopf. Als er Diego die Fischsuppe serviert, versteht Diego die Welt nicht mehr.

Das klingt verrückt, aber wie oft konzentrieren wir uns auf Dinge, die wir NICHT möchten? Ich hoffe, dass ich die Präsentation nicht vermassle... Wenn ich bei diesem Test durchfalle, dann... Ich nehme bestimmt fünf Kilo zu, wenn ich dieses Stück Erdbeerkuchen esse.

Ängste sind mächtig, weil sie Deinen Fokus auf die Dinge lenken, die Du vermeiden möchtest. Der Kellner des Lebens unterscheidet nicht zwischen Gutem und Schlechten und bringt Dir das, worauf Du Deine Aufmerksamkeit lenkst. Konzentriere Dich auf das, was Du möchtest. Die bestmögliche Lösung. Die schönste Situation. Das optimale Ergebnis.

Wie wähle ich das Richtige?

Diego ist wie erschlagen von den Wahlmöglichkeiten. Was soll er wählen? Als der Kellner wiederum heranschreitet und nach der Bestellung fragt, zögert Diego. In dem Moment lehnt sich ein älterer Herr mit faltigem Gesicht und Cowboyhut vom Nachbartisch zu Diego.

Er winkt den Kellner her und sagt: „Diese junge Schildkröte nimmt eine Lasagne mit doppeltem Käse“. Diego mag aufgrund seiner Histamin-Intoleranz keinen Käse. Es ist für ihn unvorstellbar, dass eine andere Person für ihn bestellt. Perplex beobachtet er den Kellner, wie er mit der Lasagnen-Bestellung in die Küche läuft.

Abwegig? Wie oft bestellen unsere Eltern, Chefs, Lehrer, Freunde oder die „Gesellschaft“ für uns? Wie Diego geben wir unsere Macht ab und lassen uns unsere Wünsche diktieren. Woher kommt der Plan vom Haus bauen, Familie grossziehen und acht Stunden im Büro arbeiten?

Wir sind zu einem großen Teil fremdbestimmt und umso mehr wir uns dessen bewusst werden, desto eher lösen wir uns davon. Denn eine Sache ist klar:



Wir sind nicht auf diese Welt gekommen, um nach den Wünschen und Vorstellungen Anderer zu leben – egal wie nahe sie uns stehen.

Ändere Dein Leben mit Entschlossenheit

Dies hat Diego jetzt verstanden. Er entscheidet sich für den Caesar Salat. Als der Kellner wieder die Bestellung aufnehmen möchte, ist Diego durch die vielen Fehlversuche verunsichert und bestellt sehr zögerlich und schüchtern mit den Worten „wenn es Ihnen keine Umstände macht, dann hätte ich bitte gerne einen Caesar Salat, also das wäre schon toll...“

Wer bestellt auf dieser Weise in einem Restaurant? Aber wo liegt der Unterschied zu Deinem Leben? Wann hast Du das letzte Mal die Fäuste auf den Tisch gehauen und eine Entscheidung getroffen, die von Klarheit und Kraft nur so gestrotzt hat?

Ich entscheide mich, bei der nächsten Matheprüfung eine 5-6 zu schreiben! Ich entscheide mich, fließend Spanisch sprechen zu können! Ich entscheide mich, dreimal in der Woche Sport zu treiben! Und ich wähle ein Leben, das vor Glück, Gesundheit und Liebe überläuft! DAS wird vom Kellner des Lebens verstanden.

Jedoch haben wir Angst. Machen uns klein, damit unsere Kraft die Anderen nicht einschüchtert. Bloss nicht arrogant wirken. Was ist, wenn es nicht klappt? Es gibt viele Gründe, nicht kraftvoll das vom Leben einzufordern, was wir möchten.

Aber es gibt einen guten Grund, es zu tun: Es gibt keine Veränderung und keinen Erfolg, ohne eine kraftvolle Entscheidung zuvor. Möchtest du etwas in deinem Leben ändern, dann entwickle zuvor Entschlossenheit.

Gegenteilige Signale verwirren den Kellner

Und Diego ist entschlossen. Er winkt den Kellner her, schaut ihm in die Augen und sagt: „Ich möchte einen Caesar Salat, pronto.“ Der Kellner schreibt die Bestellung auf, bedankt sich und schreitet in Richtung Küche. Diego ist erfreut, dass es leicht gehen kann.

Als er in der Wartezeit die anderen Gerichte der Restaurantgäste sieht, wird er unsicher. Er sieht dampfende Thai-Suppen, sorgsam gefüllte Paprikaschoten und duftendes Zitronen-Fenchel-Risotto. Hat er die richtige Wahl getroffen?



Als der Kellner gerade zu einem anderen Tisch laufen will, hält ihn Diego auf, zieht seine Salat-Bestellung zurück und bittet um Bedenkzeit. Sein Magen bleibt erst mal leer.

Ich will eine Freundin, heisst es am Montag und am Dienstag freuen wir uns über unser Singleleben. Diese widersprüchlichen Signale sind wie verschiedene Bestellungen im Leben. Viele unserer Handlungen stehen ebenfalls im Konflikt zu unseren Wünschen. Wir naschen, obwohl wir abnehmen wollen und schauen Fernsehen, obwohl wir uns nach Freunden und Liebenden sehnen.

Erst wenn unsere Gedanken, Worte und Handlungen im Einklang eine Bestellung formulieren, versteht der Kellner, was wir wünschen.

Vertrauen

Als sich der ältere Mann mit dem Cowboyhut zu ihm lehnt, blockt ihn Diego freundlich ab. Er schafft das alleine. Seine Unsicherheit ist verschwunden. Er ist konzentriert und freut sich darauf zu bestellen. Als der Kellner kommt, wählt Diego mit einem Lächeln wieder den Salat.

Warum auch nicht? Er weiß, dass es nicht seine letzte Bestellung sein wird und sie nicht perfekt sein muss. Er hat unendlich viele Bestellungen vor sich! In Wahrheit muss Diego immer bestellen. Er kann nicht *nicht* bestellen. Es ist wie ein Spiel, dessen Regeln er jetzt versteht.

Ihm fällt auf, dass nirgendwo Uhren hängen. Keiner der Gäste trägt eine Armbanduhr und auch der Kellner nicht. Im Lebensrestaurant existiert das Konstrukt der Zeit nicht. Diego versteht, dass seine Ungeduld nie mit dem Verstreichen von Zeit zu tun hatte, sondern mit seinem Mangel an Vertrauen. Der Kellner des Lebensrestaurants kennt keinen Zeitdruck.

Keine Hetze. Keinen Drang. Er serviert. Mehr muss Diego nicht wissen. Andere Gäste sehen dies nicht. Sie stehen entrüstet auf, weil sie für ihr Empfinden zu lange auf eine Bestellung warten müssen...

Diego's Wandlung

Doch Diego bleibt entspannt. Er beobachtet nicht mehr gierig die dampfenden Teller, die an ihm vorbeiziehen. Er versucht nicht mehr, den Kellner mit seinen wartenden Blicken auf sich aufmerksam zu machen.



Er kontrolliert nicht mehr jeden einzelnen Schritt des Kellners. Er redet viel lieber mit den anderen Gästen. Hilft ihnen, ihre Bestellungen zu formulieren. Spricht über das liebevoll eingerichtete Ambiente und beglückwünscht sie zu ihren leckeren Gerichten.

Dabei stellt Diego fest, dass der Kellner alle auch noch so komplizierten Extrawünsche berücksichtigt. Für ihn macht es keinen Unterschied, ob Gäste ein Drei-Gänge-Menü oder ein Fleischpflanzerl mit einem trockenen Salatblatt bestellen. Der Kellner unterscheidet nicht zwischen „schweren“ und „leichten“ Gerichten. Er serviert einfach.

Zudem beobachtet Diego, dass einige Gäste ausser sich sind, wenn sie „falsche“ Bestellungen erhalten. Sie rebellieren und beschweren sich. Aber Diego hat aufgepasst. Sie bekommen das, was sie bestellen. Dabei sind ihre Bestellungen meist verwirrend, widersprüchlich und auf das gerichtet, was sie nicht wollen.

Der Moment ist gekommen: Der Kellner überreicht Diego seinen lang ersehnten Caesar Salat. Diego bedankt sich, denn Dankbarkeit bedeutet, dass wir akzeptieren, was wir bestellt haben.

Diego hat gelernt, die Kontrolle aufzugeben, sich zurückzulehnen und entspannt auf die herrlichen Gerichte zu warten, die der Kellner mit Freude serviert.

Es ist ein liebevoll hergerichteter Salat, der leckerste, den Diego je gekostet hat. Schlussendlich will der Kellner des Lebens nur das Beste für uns. Diego versteht erst jetzt, wie sehr er als Gast wertgeschätzt wird.

Insbesondere, wenn er wieder vergisst, dass er die ganze Zeit bestellt und ungeniessbares Essen erhält.

Selbst das bringt der Kellner. Ohne Aufbegehren, ohne Kontrolle, ohne Widerspruch. Der Kellner verwehrt ihm keinen Wunsch.

Das, was Diego im Lebensrestaurant gelernt hat, nennt sich das Resonanzgesetz, das Gesetz der Anziehung.



Resonanzgesetz verstanden?

Hier findest Du ein paar alltägliche Äusserungen und wie sie vom Leben (*kursiv geschrieben*) verstanden werden. Auf der untersten Linie kannst Du jeweils die richtige Formulierung einsetzen:

»Ich will keinen schlechten Haarschnitt.«

Was das Leben versteht: *»Ich will einen schlechten Haarschnitt.«*

»Ich will nicht zu spät kommen.«

»Ich will Verspätungen.«

»Ich will nicht, dass diese Person grob zu mir ist.«

»Ich will, dass dieser Mensch und alle anderen mich schlecht behandeln.«

»Ich will nicht, dass das Restaurant unseren Tisch vergibt.«

»Ich will, dass Restaurants unsere Tische vergeben.«

»Ich kann diese Arbeit nicht bewältigen.«

»Ich will mehr Arbeit, als ich schaffen kann.«

»Ich will keinen Schnupfen bekommen.«

»Ich will einen Schnupfen und noch mehr bekommen.«

»Ich will nicht streiten.«

»Ich will mehr streiten.«

»Rede nicht in diesem Ton mit mir.«

»Ich will, dass du und andere so unfreundlich zu mir sind.«



Das Gesetz der Anziehung gibt Dir das, woran Du denkst

Wie kannst Du das Resonanzgesetz oder das Gesetz der Anziehung nun für Dich nutzen?

Stell Dir vor Du trägst einen grossen Magnet in Deinem Körper. Alles was Du denkst und aussendest, kommt zu Dir zurück. So wie es Diego im Lebensrestaurant ergangen ist.

Folgendes kann Dir helfen, das Resonanzgesetz zu Deinem Vorteil zu machen:



- Starte mit einem Lächeln in den Tag
- Sei dankbar für das, was Du hast
 - Umgib Dich mit positiven Menschen
 - Vertraue in Dich und das Leben
- Sehe das Positive in Deinen Mitmenschen
- Fokussiere Dich auf das Schöne am Tag und im Leben

Zum Abschluss

- Zeichne einen Smile in den Magneten oben.
- Was nimmst Du für Dich und Dein Leben aus der Geschichte von Diego im Lebensrestaurant mit?
