

<b>THEMA</b>	<b>Der schwierige Übergang ins Rentenalter ...</b>
<b>Dukoo-Reports</b>	<b>Kommentare für eine andere Sicht erfolgreichen Lebens – 05/09</b>
<b>Redaktion und Kontakt</b>	<a href="http://www.menschen-machen-wirklichkeit.de">www.menschen-machen-wirklichkeit.de</a> / <a href="mailto:info@menschen-machen-wirklichkeit.de">info@menschen-machen-wirklichkeit.de</a>

### Worum es geht ...

(Die bereits angewandten Lösungs-Methoden sind der Redaktion bekannt. Sie können – wenn gewünscht – bei der Redaktion nachgefragt werden. Ohne die zugesicherte Vertraulichkeit zu verletzen, können auch weitergehende Hinweise zum Sachverhalt gegeben werden. Mit Zustimmung des Fragestellers / der Fragestellerin, vermitteln wir auch sehr gern direkte Kontaktaufnahmen untereinander). Nachfolgend sind einige Auszüge aus unseren Hinweisen abgedruckt, die für ähnliche Situationen durchaus nützlich sein könnten ...

Weiblich, 66 Jahre, alleinstehend

### Mein Thema - Das Problem

Eigentlich war ich froh, endlich in Rente zu gehen. Mein Beruf hat mich nie richtig erfreut. Seit fast 2 Jahren bin ich jetzt schon Rentnerin, aber bedauere es oft, nicht mehr arbeiten gehen zu können. Irgendwie hatte ich früher den Eindruck, gebraucht zu werden.

Zwar habe ich einen Garten, der mir Freude macht, aber der allein füllt mich nicht aus.

Keiner interessiert sich mehr für mich, auch meine Kinder kommen nur ab und zu mal vorbei. Ich habe den Eindruck, dass sie eigentlich auch nicht gern kommen, sondern die Besuche als „Pflicht“ gegenüber ihrer Mutter sehen....

### Frage:

**Was kann ich tun, um meinem Leben noch einen Sinn zu geben?**

### Unsere Antwort – die neue Sicht

- Wenn du wirklich wissen willst, was der „Sinn des Lebens“ ist, wird dich unsere Antwort überraschen: Das zu sein, was du sein wolltest, bevor du dich für dieses Leben entschieden hast, das allein ist das Ziel.
- Du bist nicht – wie die meisten Menschen annehmen, in diese Welt, in deinen physischen Körper gekommen, weil du von irgendjemanden, irgendwann „gezeugt“ wurdest, sondern weil du es so wolltest.
- Du bist kein „Opfer“ deines Lebens, sondern dessen alleiniger „Schöpfer“ – egal, was andere sagen oder meinen.
- Es macht nichts, dass du so lange brauchtest, um dich mit der eigentlich wichtigsten Frage für alle Menschen, erst jetzt zu beschäftigen.
- Wir sagen dir, der Sinn des Lebens besteht nur darin, in Freude und Freiheit zu wachsen.
- Wir hören dich förmlich zweifeln und sagen: Aber man muss sich doch entwickeln, etwas für andere tun, die folgende Generation schützen, oder andere – mehr oder weniger als bedeutsam dargestellte - Ziele zu haben....
- Aber wir bleiben bei unserer Aussage, dass es im Leben um nichts weiter geht, als genau dies zu erfahren; alle Dinge, wie Beruf, Mutterrolle, Anerkennung und wie man sie sonst nennt, sind dafür nur das „Handwerkszeug“.
- Jetzt wäre es aber gut für dich, herauszufinden, was du wirklich wolltest, besser noch immer willst.
- Dazu fange bitte an, dich zu erinnern, in welchen Situationen es dir am Besten ging.

Du hast den Vorteil gegenüber vielen jüngeren Menschen, dass dir dies leicht fallen sollte, denn du hast viel Lebenserfahrung gewonnen und weist jetzt ziemlich genau, zumindest was du nicht willst. Jetzt musst du nur noch herausfinden, was du stattdessen **willst** und dich dann aufmachen, genau das zu tun, unabhängig, ob das anderen passt oder nicht....

**Frage:**

**Wer braucht schon eine Rentnerin?**

**Unsere Antwort – die neue Sicht**

- „Brauchen“ ist ein Wort, das wir nicht nutzen würden, weil das ausdrückt, dass andere - und auch du - in einem „Mangel“ stecken. Und nach dem universalen Gesetz der Anziehung, verstärkst du genau das, was du eigentlich nicht möchtest. Diese Gesetz funktioniert nicht so, dass es auf „nicht“ so reagiert, wie du es denkst. Es zieht immer – wirklich immer – genau das an, was über deine Gedanken, zu deinen Gefühlen geworden ist. Und in einer Mangelsituation wirst du negative Gefühle haben und dann noch mehr von dem anziehen, was negativ ist.
- Spüre selbst: Fühlst du dass bei den Worten „gebraucht werden“, bei dir ein gutes Gefühl entsteht?.
- Formuliere es besser so: „ Ich weiß, dass ich viele gute Eigenschaften habe, mit denen ich vielen Menschen Freude bereiten könnte. Und wenn andere Freude durch mich haben, habe auch ich Freude“.
- Bedenke, wer du eigentlich bist. Du bist Teil der Energie, die Planeten bewegt und das gesamte Universum in seiner Vielfalt und Unendlichkeit ständig ausdehnt. Schau dir dazu bitte noch weitere Vorschläge an, von dem, was du wirklich bist. Wir haben einige von diesen an anderer Stelle aufgeschrieben.
- Und halte jetzt einmal einen Moment inne und spüre, ob du bei dieser neuen Vorstellung Erleichterung erfährst.
- Du – jeder Mensch – hat ein wunderbares Instrument, das die nie abreißende Verbindung zum Ganzen darstellt – das sind die, das sind deine Gefühle.
- Hast du gute Gefühle, liegst du „in der Spur“ deines Lebensplanes. Hast du negative Gefühle, bist du außerhalb davon.
- Also, wie wäre es, wenn du schaust, wem du mit deiner Hilfe erfreuen könntest?
- Nur das sollte deine Orientierung ab jetzt sein. Formuliere es als deine Absicht (ab jetzt) genau, klar, eindeutig - und bitte: schriftlich! ...

**Frage**

**Was kann ich tun, damit meine Kinder wieder gern zu mir kommen. Oftmals denke ich, ich habe etwas falsch gemacht, obwohl ich doch alles für sie getan habe ...**

**Unsere Antwort – die neue Sicht**

- Wir halten das für eine gute Absicht, zu fragen: Was kann ich tun, um ....“
- Denn nur wer fragt, bekommt auch – von seinem inneren Wesen, oder wie immer man dies bezeichnen will (manche sagen Seele oder haben andere Begriffe; auf Worte kommt es nicht an)- Antworten. Wir nennen dies deine „innere Führung“.
- Wir würden dir dazu empfehlen, möglichst jeden Tag für 15 oder 20 Minuten dich in aller Ruhe auf einen Stuhl zu setzen (wenn du dich hinlegst, wirst du möglicherweise einschlafen, was dich nicht zum beabsichtigten Ziel bringen wird). Lasse alle deine Gedanken zur Ruhe kommen, fange aber nicht an, sie kontrollieren zu wollen. Achte vielmehr auf deinen Atem, ohne ihn zu verändern. Wenn deine Gedanken versuchen,

dich irgendwohin abzulenken, ziehe deine Aufmerksamkeit sanft wieder von ihnen ab und beobachte weiter deinen Atmen.

- Warte nun auf Antworten. Das können Gedanken sein, aber auch Bilder oder – danach irgendeine Information oder ein Gespräch – wo es „klick“ macht und du dir sagen kannst, „das ist es“.
- Sei bitte nicht ungeduldig, wenn es nicht sofort klappt. Du hast viele, viele Jahre, das vergessen. Jetzt sei bitte etwas hartnäckig, dich wieder daran zu erinnern – es wird dir gelingen und dir dann sehr helfen.
- Schreibe dir zusätzlich dein Ziel auf. Etwa so: „ Ich habe die **Absicht**, mit meinen Kindern ein harmonisches Leben zu führen. Nach jedem Besuch von ihnen klappt dies besser und ich sehe uns alle bereits, wie wir – wie früher - gern und in Freude uns regelmäßiger zusammenfinden.“ Mache dir davon ein Bild und sieh dich mit allen deinen Sinnen, wie du froh und zufrieden mit deinen Kindern zusammen bist.
- Prüfe selbst: Was hast du dabei für Gefühle, wenn du in diesem Bild bist. Vergleiche diese Gefühle mit dem Bild, was du bis jetzt hattest.
- Du hast bisher nichts falsch gemacht. Vielleicht hast du nur zu wenig darauf geachtet, dich auf dein eigenes Leben zu konzentrieren. Da gibt es auch einen Unterschied zwischen deinen Kindern und dir. Erinnerst du dich, wie es bei dir war, als du noch voll in deinem Beruf stecktest?
- Da du nun weißt, wer du wirklich bist, wirst du auch immer mehr dein Selbstwertgefühl entwickeln können.
- Achte dazu stets auf deine guten Gefühle. Und kommt doch einmal ein negatives Gefühl auf, suche sofort nach Gedanken, die dein Gefühl verbessern. Frage dich dazu umgehend: „Und was will ich wirklich?“

#### Hinweise:

- Es wäre sicherlich für jeden Menschen wertvoll, sich frühzeitig auf das, was gemeinhin „Lebenssinn“ genannt wird, zu konzentrieren.
- Ab dem Zeitpunkt, wo er / sie dies wirklich und mit Aufmerksamkeit tut, werden nicht nur Antworten dazu kommen, sondern auch beginnt man, das Leben bewusster zu führen.
- Viele, die dies nicht tun, führen dann eben das „Leben der anderen“, diejenigen, die ihnen sagen, was „richtig oder falsch“ ist. Aber so etwas gibt es eben nicht, was für alle gleich ist. Das wäre kein Leben, das wäre Langeweile und nicht mit der Evolution vereinbar.
- Deshalb ist es so wichtig, **sein höchstpersönliches Leben** zu führen.
- Es ist gleich, wann man damit beginnt. Ob mit 40, mit 60, mit 90 oder später. Es ist nie zu spät, aber ab dann höchst spannend. Ein schöner Satz dazu: „Heute beginnt der erste Tag von meinem neuen Leben!“ – und ich bin noch lange, aber jetzt mit mehr Freude, dabei!

Die **Dukoo - Reports** stellen eine für viele (noch sehr) ungewohnte Sicht- und Denkweise dar. Die modernen Erkenntnisse der Quantenphysik lassen es ratsam erscheinen, unsere 3D-Perspektive ab und an zu erweitern. Wir nennen dies – vereinfacht ausgedrückt – „**Perspektive 5D**“. Das Besondere: Aus dieser Sicht ist der Mensch wesentlich mehr als „nur ein Körper“. Er ist vielleicht Bewusstsein, das auf mehreren Ebenen (Dimensionen) gleichzeitig wirkt. Da quantenphysikalisch alles EINS ist, ist der Mensch auch zugleich Teil der Ursprungsenergie und jederzeit auch mit dieser verbunden. Unser Ratgeber nutzt die (ungewohnte) „Wir-Form-Antwort“. Dies dient zum einen dem besseren Verständnis und stimmt zum anderen besser auf die (noch sehr ungewohnte) EINSSICHT ein.

Wer sich auf diese ungewohnte aber sehr effektive Sicht- und Denkweise besser und schneller einstellen möchte, für den haben wir eine sog. Ideensammlung zur Perspektive 5D in der Rubrik „Erfolg das Geheimnis“ zusammengestellt.

**Jeder hat das Potenzial zum LebensStar ... – auch Du ...!**

