

THEMA	<b>Warum machen mir meine Kinder bloß solche Sorgen?</b>
DUKOO-Prozess	<b>Die dimensionale Form zum besten DENKEN (wirksam und stimmig!)</b>
Redaktion und Kontakt	<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>

## Lösungswege – für ein Leben, wie es eigentlich gemeint ist ...

Nachfolgend sind **nur solche Auszüge** aus unseren Hinweisen abgedruckt, wie diese grundlegende Aussagen enthalten, die für ähnliche Beurteilungen und Situationen nützlich sein könnten ...  
(Mit Einverständnis der Betroffenen, vermitteln wir auch gern direkte Kontaktaufnahmen untereinander).

**Weiblich, 47 Jahre, Lebensgemeinschaft, 2 volljährige Kinder**

### Mein Thema - Das Problem

Schon früh verloren meine Kinder ihren Vater, der ins Ausland ging und seither jeden Kontakt zu uns abgebrochen hat.

Ich lebe seit Jahren in einer neuen Partnerschaft. Meine Kinder wohnen seit einiger Zeit über 300 Km entfernt von mir. Obwohl sie volljährig sind, habe ich nie aufgehört, mich in besonderer Form für sie verantwortlich zu fühlen. Das begann, als ich damals auch die Vaterrolle übernehmen musste....

Meine Kinder machen mir große Sorgen. Manchmal könnte man sagen: Kleine Kinder – kleine Sorgen und große Kinder große Sorgen. Immer wieder muss ich ihnen helfen, aus misslichen Situationen herauszukommen. Dann übernehme ich für sie z.B. Geldschulden aus Handy-Verträgen, oder kündige unnötige Versicherungen, die man ihnen „aufgeredet“ hat.

Manchmal fühle ich mich schon richtig depressiv, weil ich einfach keinen richtigen Sinn im Leben erkenne. Für meine Bemühungen haben meine Kinder oft noch nicht einmal Dank für mich übrig....

Ich habe auch Angst vor dem Altwerden zumal ich bereits in den „Wechseljahren“ bin. Wenn ich zurückblicke, habe ich den Eindruck, die Zeit ist wie im Fluge vergangen, besonders die letzten Jahre. Oft denke ich an die Zukunft; dabei beschleichen mich immer mehr negative Gefühle ...

Was habe ich bloß falsch gemacht, dass so viel in meinem Leben schiefgegangen ist .....

### Frage

#### **Warum machen mir meine Kinder nur so viel Sorgen?**

- Was genau meinst du mit dem, was du als „Sorgen“ bezeichnest?
- Meinst du damit deine negativen Gedanken, die dann aufkommen, wenn du an das unselbständige Verhalten deiner Kinder denkst oder meinst du damit, dass du von ihnen zu wenig Dankbarkeit erfährst für die Vielzahl von Hilfen, die du seit Jahren reichlich deinen Kindern gibst?
- Auch wenn du es nicht gern hören willst, so sei dir gesagt, dass „Sorgen“ und „Angst“ die **größten Krankmacher** der Gesellschaft sind und außerdem zugleich das untauglichste Modell, um daraus auch nur den geringsten Vorteil ableiten zu können.
- Du sagst es ganz richtig, dass du negative Gefühle hast, wenn du in „Sorge“ bist.
- Die meisten Menschen gehen davon aus, dass das Ereignis, z.B. bei dir die Nachricht, über eine Geldschuld deiner Kinder, das schlechte Gefühl auslöst.
- Genau das ist jedoch **nicht** der Fall.

- Das kannst du selbst nachprüfen, wenn einmal wieder ein solches oder ähnliches Ereignis auftritt.
- Es ist nicht das Ereignis, es sind **deine Gedanken**, die das schlechte Gefühl auslösen.
- Du denkst vielleicht: Ich habe offensichtlich Fehler in der Erziehung gemacht .... die Kinder von A. oder B. scheinen da ganz anders zu sein, das alles zu schaffen ...
- Lass uns an dieser Stelle kurz erklären, was Gefühle wirklich sind.
- Sie sind deine Verbindung **zu dir Selbst**, zu dem, der du-wirklich-bist.
- Deine Gefühle sind – vereinfacht ausgedrückt - die „**Sprache**“ **deines Geistes** oder deiner Seele oder deines Selbst, wie immer du es auch nennen magst, die dich in diesem Augenblick an deinen **eigentlichen** Ursprung erinnern will.
- Da wir dies an anderer Stelle bereits ausführlich dargestellt haben, hier nur soviel:
- Du bist **nicht auf deinen Körper begrenzt**, du bist viel mehr, du bist Teil des unendlichen Bewusstseins, des **ewig währenden Daseinskreislauf**.
- Und **aus dieser Ebene** kommen die Gefühle, die du wahrnimmst, wenn du denkst und das tust du ununterbrochen ....
- Gefühle sind negativ, wenn du Gedanken hast, die im **Widerspruch** zu deinem Ganzen stehen und **positiv**, wenn deine Gedanken mit dieser Perspektive im Einklang stehen.
- Gefühle sind übrigens ein wundervolles Instrument, denn du weißt immer, wann du etwas denkst, was dir **nützt** oder etwas, was dir nicht nützt.
- Jeder Mensch, der in diese Welt kommt, hat viele viele Leben bereits gelebt und dabei eine Menge Erfahrungen angesammelt.
- Er bereitet übrigens jedes seiner Leben gut vor und bestimmt gut die Situation, die er benötigt, um genau die Erfahrungen machen zu können, die er benötigt - wozu auch immer.
- **Auch du hast dein Leben gut vorbereitet**, hast sogar Abstimmungen getroffen, mit welchen Personen du in diesem Leben etwas zu tun hast und wie die wichtigsten Ereignisse dieses Lebens sein werden.
- Das ging **dir** so, dem Vater der Kinder, der nur eine kurze Zeit eine Rolle im Leben von euch spielte und natürlich auch **deinen Kindern** so – und all den anderen, denen du bereits begegnet bist und noch in diesem Leben begegnen wirst ...
- Das Universum, die Kraft, die Planeten schafft, kennt so etwas, wie „Zufall“ nicht.
- Gehe einmal der Spur dieses Hinweises nach und versuche zu erkennen, welche möglichen **Lebenspläne** – deinen natürlich eingeschlossen – diesen verschiedenen Leben der Personen eurer Familie zugrunde lagen ...
- Auch wenn du (noch) nicht so weit bereit bist, dies für dich zu akzeptieren, du machst nichts falsch, denn so etwas wie „falsch“ oder „richtig“ gibt es nur in der Fantasie der Menschen und die wandelt sich ständig...
- Bitte **akzeptiere** dann aber Folgendes:
  - Es gibt ein universelles Gesetz, das Gesetz der Anziehung genannt.
  - Es ist das machtvollste Gesetz und **wirkt für jeden**, ganz gleich, ob er / sie es kennt oder nicht, akzeptiert oder nicht.
  - Dieses Gesetz ist einfach, aber offensichtlich schwer umzusetzen.
  - Es lautet: **Gleiches zieht immer Gleiches** an, wie ein Magnet, sozusagen ein „Gedanken-Magnet“, denn die Ursache sind immer die Gedanken.
  - **Jeder** Gedanke hat eine ganz bestimmte Schwingung, so wie auch das Licht aus Schwingung besteht.
  - Gedanken, deren Schwingung sich gleichen, ziehen einander an.
  - Wenn du an Sorgen denkst, wirst du **noch mehr sorgenvolle Situationen** deiner Kinder anziehen.
  - Du kannst nur etwas für deine Kinder tun, wenn deine Schwingung höher als die niedrige Schwingung von „Sorgen“ ist. und das ist z.B. bei Gedanken (Schwingungen)

wie „Hoffnung“ oder gar „Freude“ und „Glück“, der Fall.

- Probiere es selbst aus: Wenn du wieder einmal Gedanken der „Sorge“ hast, wähle einfach einen sich besser anfühlenden Gedanken.
- **Jeder Gedanke ist nützlich, der dir Erleichterung verschafft.**
- Wenn du z.B. das nächste Mal mit deinen Kindern telefonierst, dann geh etwa wie folgt vor:
  - Werde dir, **bevor** du anwählst dir über deine positive Absicht klar.
  - Schreibe sie dir besser sogar auf.
  - Lege den Zettel während des Telefonats sichtbar vor dich.
  - Wenn du den Eindruck hast, dass das Gespräch dir ein ungutes Gefühl gibt, dann kannst du es entweder rasch beenden und dich dann mit deinem Zettel befassen und dem, was du gewollt hast,
  - Oder du schaut während des Gespräch immer wieder auf diesen Zettel und bemüht dich möglichst schnell wieder zu positiven Gedanken zu kommen.
- Manchmal ist es vielleicht besser – zumindest in der Übungsphase – wenn du den Eindruck hast, dass dein Gefühl schlechter wird, das Gespräch mit dem „Hinweis“ zu beenden, dass du noch rasch etwas erledigen willst und später (oder gleich) zurückrufst.
- Probiere alles aus, was dir nützt.
- Jeder Mensch hat seine **eigene „Methode“**, die ihn schnell wieder auf „andere“ (d.h. bessere) Gedanken bringt.
- Bei dem einen ist es ein Haustier, dem anderen eine Lieblingsmelodie, wieder andere bevorzugen einen Spaziergang ...
- Finde heraus, was es bei dir ist und wende diese Methode so oft an, wie sie dir nützt.
- Du solltest **alles, aber auch wirklich alles daran setzen**, im Kontakt mit deinen Kindern dich selbst in einer **guten Stimmung** zu befinden und dich durch nicht, aber auch wirklich nichts davon abbringen lassen.
- Frage dich ehrlich: **Was haben mir meine Sorgen eingebracht?**
- Zumindest nichts, was deinen Kindern genützt hätte, aber dir ziemlich viel schädliches, mindestens noch mehr Sorgen ....
- Aber du suchst doch nicht nach dem Problem, du suchst doch nach **Lösungen** – oder?

### Frage

**Wenn ich an mein Alter denke, beschleicht mich ein beklemmendes Gefühl – und dann noch die Wechseljahre ...**

- Das, was du „beklemmendes Gefühl“ nennst, ist – wie du bereits weißt, ein gutes **Signal**, denn es weist dich auf Gedanken hin, die dir nicht nützlich sind.
- Es scheint nicht untypisch bei Frauen in diesem Alter zu sein, so etwas wie „beklemmende Gefühle“ zu haben; du bist in „bester Gesellschaft“, auch wenn dir diese „Gesellschaft“ wenig nützlich ist.
- Es sind meist drei wichtige **Gedanken-Muster**, die diesen Frauen die Freude am Leben förmlich vermiesen.
- Du hast eigentlich Glück, denn es sind „selbstgemachte“ Gedanken oder solche, die du von anderen übernommen hast.
- Da du bei der „Beschaffung“ dieser Gedanken mitgewirkt hast, kannst du sie auch wieder **„abschaffen“**.
- **Du hast die Macht dazu ..!**
- Der erste Gedanke lautet etwa so: Mein Körper verändert sich und damit einher geht der Verlust der Gebärfähigkeit, es scheint eine Art „Verlustempfindung“ oder eine Art „Minderwertigkeit“ zu entstehen.

- Der zweite Gedanke kommt oft sinngemäß so daher: Jetzt, wo die Kinder aus dem Haus sind, mich nicht mehr brauchen, tritt eine Leere in meinem Leben ein.
- Der dritte Gedanke geht etwa so: Mein Körper verfällt zusehend. Nur mühsam wirkt noch die Kosmetik. Bin ich für meinen Mann überhaupt noch (als Frau) attraktiv oder ...
- Natürlich gibt es noch viele andere Motive.
- Da die Motive auch nur **Gedanken** sind, die wir entsprechend ändern können, wollen wir dies auch nicht vertiefen.
- Wir wollen dich auf etwas anderes hinweisen, nämlich darauf, was solche Gedanken, die aus einer **Position des Mangels** heraus erfolgen verursachen: Genau, du wirst noch mehr davon anziehen und die Essenz deiner Gedanken in deinem Leben erfahren.
- Kommt noch so ein Gedanke wie: Mein Mann könnte .... ..hinzu, dann sei dir bitte darüber im Klaren, dass deine Gedanken mächtig genug sind, um genau das erschaffst, was du eigentlich **verhindern** möchtest.
- **Worauf wir unsere Gedanken richten, das ziehen wir zu uns heran.**
- Natürlich willst du das nicht, das glauben wir gern.
- Aber darum geht es nicht, es geht darum, was du tatsächlich **verursachst**.
- Dieses Universum kennt kein „nicht“, kein „wegstoßen“, **es kennt nur „anziehen“**.
- Und wenn du denkst, dass du nicht willst, dass dein Mann ..... dann richtest du deine Aufmerksamkeit auf das, was du nicht willst und wirst zum Magnet dafür, du ziehst genau das an, **was du nicht willst!**
- Ist dir bekannt, dass viele Frauen überhaupt keine Probleme mit den sog. Wechseljahren haben, während andere, geradezu darunter leiden und alle möglichen Krankheitsbilder durchlaufen.
- Das hängt viel damit zusammen, welche Bedeutung man dieser Zeit gibt.
- Du hörst richtig, die Lösung liegt auch in diesem Falle **bei dir**, nirgendwo anders.
- Frauen, die ausgefüllt sind mit Lebensfreude, Zielen und ständig neue Herausforderungen suchen (ganz gewiss nicht nur im beruflichen Bereich), bemerken diese Zeit fast nicht.
- Sie haben einfach keine Zeit, ihre Gedanken von für sie Wichtigem ablenken zu lassen.
- Sie haben jede Menge **Ziele und Absichten** ...
- **Welches sind bitte genau deine?**
- Der Begriff „Wechseljahr“ ist weise gewählt, denn die Frau wechselt tatsächlich ihre Rolle, sie beendet die Mutterrolle und öffnet sich wieder dem allgemeinen Leben, eine spannende Phase, wie viele Frauen inzwischen zu recht meinen..
- Auch der Beginn der „Wechseljahre“ ist von Frau zu Frau unterschiedlich.
- Die Gene sind daran schuld? Vielleicht – vielleicht aber auch nicht!
- Heute sind Frauen eher bereit, auch über 40 Jahre noch die Rolle einer jungen Mutter als **Herausforderung** anzunehmen.
- Für sie ist das sogar eine spannende Phase, weil sie jetzt über viel Lebenserfahrung verfügen, die für die Erziehung nützlich sein kann.
- Keine Form ist richtiger, keine Form ist besser, alle Formen haben ihren Sinn und alle sollten akzeptiert werden.
- Du hast anders gewählt, das hat seinen Sinn, denn du bist damit früher in der Lage, dich über deine Mutterrolle hinaus zu entwickeln; jetzt hast du endlich Zeit, um die Dinge deines Lebens anzupacken, Dinge die bisher – mit Rücksicht auf deine Kinder – zurücktreten mussten.
- **Denkst du an Alter** und verbindest du damit Gedanken von „Einschränkung“, körperlichen Leiden oder gar Verfall, dann weist du jetzt, was du gerade tust: Du wirkst mit, dass **genau das eintritt**, was du eigentlich wieder nicht willst ...
- Besser wäre es, dieser Zeit die Bedeutung zu geben, deren wir alle bedürfen. nämlich

das nachzuholen, was wir den bis dahin „unterdrückten“ Teil unseres Lebensplanes bezeichnen wollen.

- Wenn du bisher dein Leben eher als „sinnreduziert“ ansiehst, dann gib ihm doch **jetzt** endlich einen Sinn...!.

### Frage

### Was ist eigentlich der Sinn des – oder der Sinn meines Lebens; und wie kann ich ihn erkennen?

- Du scheinst in guter Gesellschaft mit großen Philosophen, mit Kirchen auch mit der Politik zu sein, denn dort herrscht auch so etwas wie **Ratlosigkeit**, denn ständig kommt man zu neuen oder anderen Ansichten.
- Lass uns dir empfehlen, die „Sinnfrage“ nicht überzubewerten, zumindest nicht, sofern sie allgemein gestellt wird.
- Könntest du dich (zunächst) mit folgender – ganz praktischer Antwort zufrieden geben:
- **Der Sinn des Lebens ist der, den ich meinem Leben gebe!**
- Du meinst, das sei zu vereinfacht?
- Wie hättest du es denn gern – vielleicht so?
- Du sollst .... und dann folgen die Regeln, je älter je überzeugender?
- Oder: Du folgst einem Gott. Aber welcher ist der richtigere; der des Islam, der Christen oder ein ganz anderer ...
- Oder: Jesus hat sich ans Kreuz nageln lassen, um uns zu erlösen. Aber wovon sollte er uns erlösen?
- Da wären mehr Fragen, als Antworten, wir wären in der Tat ziemlich schlimme dran, wenn wir einem Sinn zu folgen hätten, der von irgendjemandem uns **vorgegeben** wäre und wir müssten nun raten, was das ist oder wie das gemeint ist ...
- **Nein, so scheint Leben nicht gemeint zu sein.**
- Aber wie wäre es mit folgender Variante:
- Wir sind Teil des Ganzen, damit auch Teil der machtvollen Energie, die viele Gott oder Quelle, oder wie auch immer sonst nennen. Dabei ist es egal, was du dazu sagst oder wie du das siehst.
- **Du bist ein Teil dieser Macht**, deine Kinder sind es, dein Mann, der Vater der Kinder, deine Familie, deine Freunde und sogar deine Nicht-Freunde...
- Von einer solchen Perspektive aus, betrachte nun einmal deine „Sorgen“ und die „Undankbarkeit“ deiner Kinder.
- **Wer sorgt sich dann und über wen?**
- „Sorgen“ sind nur möglich, wenn du nicht akzeptierst, Teil der Energie der Quelle zu sein.
- **Als Teil der Quelle, der Ur-Kraft, hast du keine Sorgen**, aus dieser Perspektive gibt es nur Varianten im Spiel des Lebens.
- Denn wenn du dich um deine Kinder sorgst, gibst du indirekt zu erkennen, dass **du etwas hast, was sie nicht haben, dass du etwas bist, was sie nicht sind.**
- Es ist eine allgemeine Thematik der sog. Helfer, dass sie stets darüber klagen, dass der, dem sie helfen zu wenig diese Hilfe zu wenig „honoriert“.
- **Das könnte gerechtfertigt sein, hat wohl seinen tieferen Grund....**
- Unbewusst reagieren deine Kinder damit völlig richtig, denn sie spüren diesen Missklang und wehren sich dagegen.
- Natürlich nehmen sie das Geld für ihre Schulden gern an und würden es auch zukünftig immer wieder tun.
- Auch wenn du noch mehr für sie tun würdest, dich total für sie aufopfern würdest, du wirst **nie** die Höhe der Dankbarkeit erreichen, die du dir vorstellst.
- Wenn du ehrlich bist und dich an deine Kindheit, an deine Eltern erinnerst, wirst du

erkennen, dass du wahrscheinlich auch nicht anders gehandelt hast.

- Du sagst deinen Kindern indirekt: „Ich bin vollkommener als ihr“ – und sie ahnen, dass das so nicht stimmig ist und **wehren** sich auf ihre Art dagegen, natürlich ganz unbewusst.
- Was du anders machen kannst?
- Ganz einfach, sage ihnen, dass sie jetzt alt genug sind, **ihr Leben selbst zu führen** und gebe ihnen deutlich zu erkennen, dass du ab jetzt dich nicht mehr in **ihre** Lebenserfahrungen einmischen wirst, dass sie diese – und das ist der Sinn des Lebens – ab jetzt **selbst** machen müssen, so wie jeder Mensch dies ursprünglich beabsichtigt und gewählt hat.
- Bleibe bitte konsequent, auch wenn dir das schwer fällt.
- Du hilfst ihnen sonst nicht wirklich, denn jeder **muss und kann** sein Leben selbst führen.
- Auch das ist ein wichtiger Teil vom Sinn des Lebens, die **persönliche Selbstverantwortung**, denn nur so kann die Vielfalt sich entfalten.
- Warum glaubst du sonst, gleicht kein Mensch dem anderen, selbst keine Schneeflocke der anderen ...
- Und wenn du etwas tun willst, dann wirke durch dein **Vorbild**, tritt ihnen z.B. nicht „sorgenvoll“ und „misstrauisch“ gegenüber, sondern zeigen ihnen dein **Vertrauen**, deine **Zuversicht** und **lobe sie** für ihren ständig wachsenden Mut.
- Lass uns dich mit einer harten Frage konfrontieren.
- Wir stellen sie bewusst so hart, weil dann dein Verhalten sofort „entlarvt“ wird: Was würden deine Kinder tun, wenn du morgen nicht mehr für sie zu sprechen wärst?
- Auch wenn Eltern das gern so sehen würden, es macht keinen Sinn es anders zu sehen.
- Kinder sind Menschen, die ein **eigenständiges Leben** gewählt haben.
- Sie haben das Recht auf **eigene Erfahrungen**, denn Lebenserfahrungen sind das Beste, um daraus zu lernen und zu wachsen.
- Wir sind sicher, deine Kinder sind ganz in Ordnung und werden das schaffen, das geht sicherlich leichter und schneller, wenn du deine „Stellvertreter-Handlungen“ zurücknimmst und dich darauf beschränkst, sie zu ermutigen und zu ermuntern.
- Macht das Sinn – Lebenssinn?
- Du musst es nicht glauben, aber du solltest es einmal **selbst überprüfen**:
- Wähle den Gedanken „Ich Sorge mich“, spüre, welche Gefühle du dabei hast.
- Wähle dann vielleicht den Gedanken: „Ich möchte meine Kindern vertrauen“ und spüre, wie dieser sich anfühlt.
- Vergleiche beide Gedanken und dann handele so, wie du dich gut fühlst, denn hast du deinen Lebenssinn getroffen: Ein Leben mit viel Freude und Wohlsein zu führen.
- War das bei dir bisher nicht der Fall, dann fange bitte jetzt **nicht** an, dich zu kritisieren, denn das ist etwas ebenso gesundheitsschädigend, wie Sorgen.
- Du hast dazu auch keinen Grund, denn du kannst jederzeit dein Leben wandeln.
- Wie wäre es etwa mit diesem Einstieg: **Heute ist der erste Tag in meinem Leben ...**

#### Allgemeine 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.
- 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!

**DUKOO-Prozess-Coaching** stellt eine für Viele (noch sehr) ungewohnte Sicht- und Denkweise dar. Diese Coaching-Form verbindet die modernen Erkenntnisse der Quantenphysik mit einer veränderten Sichtweise auf unser gesamtes Leben. Die entscheidende Frage könnte hierbei heißen: Sind wir bereit, eine andere Sicht zu dem „**Wer-Wir-Wirklich-sind**“ einzunehmen?

Das hat nichts mit „Spiritualität“ oder „Esoterik“ zu tun (obgleich auch das nicht wirklich problematisch wäre), sondern hat einen ganz pragmatischen Hintergrund: Die **Erhöhung unserer eigenen Wirk-Kraft!**

Aus der **Wissenschaft des Erfolgs** erkennen wir, dass der **Glaube an uns selbst** auch davon gesteuert wird, wie wir uns **selbst bereit sind zu sehen**.

Erfolgreiche Menschen sehen sich **nicht** begrenzt „als Körper“, sondern sprechen davon „einen Körper zu besitzen“.

**Prüfen Sie selbst**, wie ein solcher Gedanke Ihr Potenzial deutlich zu verbessern scheint ...!

#### **Die Folge ...**

Sie kooperieren quasi mit **Ihrer gesamten Kraft**, weil Sie sich als Teil der Kraft verstehen, die „**Welten erschafft**“

Wir empfehlen, **DUKOO-Prozess-Coaching** erst dann zu „trainieren“, wenn Sie über die bereits wirksamen Erfolge des **Quantlife-Coaching** hinausgehen wollen.

Im **Quantlife-Coaching** lernen wir nicht nur die **Macht der Gedanken** kennen, sondern **gezielt** unsere **Gedanken** so zu **steuern**, dass sie unser Leben nachhaltig **vorteilhaft gestalten werden!**

Im **DUKOO-Prozess-Coaching** lernen wir darüber hinaus, die „richtige Richtung“ für unser Leben zu finden. Vereinfacht ausgedrückt, unsere kurzfristigen **Absichten** mit unserem größeren **Lebensplan** in **Einklang** zu bringen. Es geht also darum, unser Leben mit **Sinn** auszufüllen. Obgleich dies bei jedem Menschen unterschiedlich ist, scheint doch für Jeden ein erfülltes Leben auf drei Grundpfeilern zu stehen: **Freude – Freiheit – Wachstum**. Das lässt sich offensichtlich auf alle Bereiche unseres Lebens übertragen, gleich ob im Beruf, bei Fragen der Partnerschaft, in Bezug auf Geld oder Gesundheit, sogar bezüglich der Politik, Erziehung, Bildung, im Sport oder wo immer wir unsere Interessen sehen!

**Jeder hat das Potenzial zu einem LebensStar – auch Du ...**