

# 5 Schritte zu Ihren Wünschen

einfach &  
ungewöhnlich

ein ständiger Begleiter

[www.stephyschuster.com](http://www.stephyschuster.com)

# Schritt 1

## Dankbarkeit

Dankbarkeit ist eine sehr einfache Tätigkeit mit einer enormen Kraft. Das ist schon seit mehreren hundert Jahren bekannt und immer noch gültig.

Heutige Glücksforscher haben herausgefunden, dass Dankbarkeit und Demut die grössten Glücksbringer sind. Die Umsetzung ist ganz einfach, setzen Sie sich einmal am Tag hin und denken Sie an 10 Dinge der letzten 24 Stunden für die Sie dankbar sind.

Dazu zählen kleine Dinge, wie den tollen Kaffee, den Sie genossen haben während Ihnen die Sonne in Gesicht schien, oder das inspirierende Gespräch mit einem guten Freund. Auch die grossen Dinge finden hier Erwähnung, wie der neue Geschäftsabschluss, der tolle Urlaub etc.....

Machen Sie diese Übung täglich und Sie werden immer besser und schneller beim Aufschreiben von Dingen für die Sie dankbar sind.

Spielen Sie damit, wann Sie diese Übung machen. Für viele ist der Morgen ideal, dann starten Sie positiv in den Tag. Aber auch am Abend hat es seine Vorteile, Sie schlafen mit gutem und positiven Gefühl ein. Probieren Sie es einfach aus, was für Sie persönlich am besten passt.

Geben Sie sich selbst das Versprechen es für einen Monat auszuprobieren, ganz egal was Ihr Verstand da gerade sagt!!!! Wenn Sie meine Unterstützung dazu haben möchten, dann schauen Sie hier auf meine Dankbarkeit Challenge [XXXLinkXX](#)

# Schritt 2

## Entscheiden

Lernen und üben Sie sich darin ENTSCHEIDUNGEN zu treffen. Denn Entscheidungen schaffen Ordnung in Ihrem Kopf. Sobald Sie sich für etwas entschieden haben, haben Sie sich gleichzeitig gegen etwas anderes entschieden. So habe ich mich zum Beispiel heute für den schwarz/roten Rock entschieden und damit gegen die Jeans.

Wichtig vor allem ist, dass Sie diese Tatsache sehen und annehmen. In der heutigen Zeit gibt es sehr viele Versuchungen sich nicht fest zu legen, immer alles offen halten, bis zum Schluss. Das ist erstens ein Trugschluss, denn es geht nicht, sich alles offen zu halten. Das wäre erstens keine Entscheidung und zweitens bindest du viel zu viel Energie, die Sie produktiver einsetzen können.

Haben Sie sich entschieden, dann ist dieser Prozess abgeschlossen und Sie haben wieder Kapazitäten für weitere Projekte.

„Aufschieberitis“ ist nur ein Zeichen von Unentschlossenheit. Üben Sie täglich bewusste Entscheidungen zu treffen, denn auch das ist trainierbar. Fangen Sie ruhig mit kleinen Dingen an, trinke ich jetzt einen Espresso nach dem Essen, weil ich Lust drauf habe? oder „weil das so dazugehört?“

Entscheiden Sie immer mit dem was Sie haben sofort. Napoleon Hill sagt sinngemäss, erfolgreiche Menschen entscheiden schnell und bewusst.

# Schritt 3

## Wunschliste

Erstellen Sie Wunschlisten.

Ja genau Wunschlisten!!! Zu den unterschiedlichsten Bereichen, wie Reisen, also wo sie immer schon mal hinreisen wollten. Welche Restaurants, Konzerte etc. Sie besuchen wollen. Welche Persönlichkeiten Sie einmal treffen möchten. Schreiben Sie einfach mal alles auf, was Sie haben möchten, da sind auch und vor allem Konsumgüter erlaubt. Bei welchem Designer Sie einkaufen möchten, welche Uhr, welchen Schmuck etc.... einfach alles.

Das fällt Ihnen schwer? Na klar fällt es Ihnen schwer, das wurde Ihnen im Kindesalter abtrainiert!!! Bis zu einem gewissen Alter sind Wünsche „erlaubt“ willkommen, aber dann kommt immer die „Realismus-Keule“ und wir verlernen unsere wertvolle Phantasie zu nutzen. Also fangen Sie hier und jetzt wieder an, Ihre Phantasie zu einzusetzen. Das ist der allererste Schritt auf dem Weg zu Ihren Wünschen. Das ist in etwa so wie im Restaurant, wenn Sie dem Kellner sagen: „Ich habe Hunger bitte bringen Sie mir etwas zu essen“ dann erhalten Sie halt einfach „ETWAS“. Wenn Sie dem Kellner aber eine ganz klar detaillierte Bestellung aufgeben, dann sind die Chancen sehr gross, dass Sie auch das erhalten was Sie wollen. Klingt an sich einfach und logisch? Ist es auch.

Bitte beachten Sie dabei, dass Sie nie mehr erreichen, als Sie selber sich erlauben zu wünschen. Also machen Sie Ihre Wünsche gross!!!!

# Schritt 4

## Umfeld & Einfluss

Dies ist ein elementarer Punkt.

Wussten Sie dass Sie in etwa das gleiche Einkommen haben, wie die 5 Menschen, mit denen Sie sich am meisten umgeben? Es ist Ihre Entscheidung, mit wem Sie Ihre Zeit verbringen. Zeit ist im übrigen das Kostbarste was wir haben, alles andere kommt und geht (auch Geld und Gesundheit), aber Zeit ist unwiederbringlich. Also passen Sie gut auf und entscheiden Sie sorgsam, mit wem Sie Ihre Zeit verbringen.

Es ist Ihre ganz persönliche Entscheidung welchen Einfluss Sie annehmen. Sie können jeden Abend vor dem Schlafengehen die Nachrichten anschauen und beobachten mit welcher Stimmung Sie einschlafen und dann das Gegenbeispiel machen und etwas lustiges, aufbauendes konsumieren vor dem Schlafengehen. Sie werden einen Unterschied beobachten. Seien Sie sich dessen bewusst und entscheiden Sie für sich selber, welchen Einfluss Sie an sich heran lassen und welchen nicht. Die Werbung funktioniert schon seit Jahren so und setzt darauf, dass Sie nicht bewusst entschieden haben und sich von der Werbung füllen lassen.

Halten Sie Ausschau nach Menschen die schon das haben bzw. erreicht haben, was Sie sich wünschen. Treten Sie in Kontakt mit diesen Menschen, fragen Sie diese, was sie so erfolgreich macht. Schauen Sie sich Dinge ab, die Sie in Ihr eigenes Leben integrieren können, wie z.B. sich in Dankbarkeit zu üben.

# Schritt 5

## Soforthilfe

Dies ist ganz wichtig und bitte nehmen Sie auch diesen Schritt sehr ernst.

Wenn Sie die Schritte 1-4 bis hierher umsetzen werden Sie relativ schnell Veränderungen merken. Sie beginnen einen Prozess und das kann einiges durcheinander wirbeln. Wenn dem so ist, freuen Sie sich, denn Veränderung kann nur da statt finden, wo Bewegung ist. Auf dieser Welt gibt es nur Wachstum oder Schrumpfen, wobei Schrumpfen immer zur Eliminierung führt. Es gibt keinen Stillstand alles ist ständig in Bewegung. Manches bewegt sich schneller und anderes langsamer, wie ein Baum zum Beispiel.

Denken Sie daran, mit alten Gewohnheiten erzielen Sie keine neuen Ergebnisse.

Nun aber zur Soforthilfe. Damit ermuntere ich Sie, sich zu überlegen, was Sie tun, für den Fall, dass Sie ins schleudern kommen, dass der Zweifler sich wieder Gehör verschafft. Legen Sie diese Soforthilfe direkt zu Beginn fest, denn der Moment wird kommen, wo Sie diese brauchen. Glauben Sie es mir, ich weiss wovon ich rede.

Was kann eine Soforthilfe sein? Nun es kann dieses PDF hier sein, Sie können sofort eine Dankbarkeitsübung machen. Sie können sich Ihre Wunschlisten anschauen und weiter träumen Sie können sich ein Video anschauen oder eines der Bücher lesen, welche ich Ihnen im Bonusmaterial ans Herz lege.

# Bonus

## Bücherliste

Kleine unverzichtbare Begleiter:

- Wie wir Denken so Leben wir (James Allen)
- Wissenschaft des Weichwerdens (Wallace D. Wattles)
- Denke nach und werde Reich Extrakt, (Napoleon Hill)

weiterführende Lektüre

- Denke nach und werde Reich (Napoleon Hill)
- The Code of the extraordinary mind (Vishen Lakhiani)
- Reinventing Organization (Frederic Laloux)

Videos auf Youtube

- 6 Phase Meditation (Vishen Lakhiani) —> noch verlinken
- Paradigms shifting (Bob Proctor) —> verlinken