

# Ja! zur Ungewissheit

## **BAP „ARBEIT & PERSONAL“ kompakt**

Hallo liebe TeilnehmerInnen der BAP ARBEIT & PERSONAL Kompakt. Hier kommen - kurz zusammengefasst - ein paar Gedanken und Tipps aus meinem Vortrag und der Breakout-Session. Mir hat es wirklich viel Spaß gemacht... und ich hoffe, Sie konnten mit der einen oder anderen meiner Ausführungen etwas anfangen.

### • **JA! zur Ungewissheit**

- Es gibt keine Sicherheit, nur Annehmlichkeiten. Wenn du eine Garantie haben willst... kauf dir ´ne Waschmaschine.
- Du kriegst dein Leben nicht besser gejammert.
- Du leidest nie an einem Ereignis selbst, sondern daran, dass du im Widerstand zu dem bist, was ist.
- Liebe, was ist, denn es ist, wie es ist. Auch ohne deine Zustimmung. Den Kampf gegen die Realität kannst du nur verlieren.
- Hilfreiche Frage: „Inwiefern könnte diese Sch...., die mir gerade passiert (ist), für mich ganz persönlich - vielleicht auf mittlere oder lange Sicht - eine gute Sache sein?“

### • **Wie Sie eine Haltung der Zuversicht entwickeln**

- Damit klarzukommen, nicht mehr klarzukommen, ist das neue Klarkommen.
- Zuversicht ist begründeter Optimismus.
- Hilfreicher Gedanke (und meine persönliche Überzeugung:) Das Universum ist freundlich. Deshalb passiert alles, was mir passiert, für mich, nicht gegen mich. Wenn ´s gegen mich wäre, wär ´s nicht passiert.
- Sei Pipi, nicht Annika

### • **Und zum Schluss: Alle Energie, Zeit und Konzentration auf den „Einflussbereich“!**

**Sie wollen mehr? Mein bester Tipp: „The Work“ von Byron Katie.**

**Hier der Link zum (deutschsprachigen) VTW (Verband The Work), da finden Sie tolles Material, incl. Videos (mit deutschen Untertiteln).**

**Darüber hinaus können Sie natürlich auch meinen [Newsletter](#) und/oder meinen [YouTube-Kanal](#) abonnieren :-).**

**Sie haben eine Frage? Oder Interesse an einem Vortrag oder Sparring?**

**Lassen Sie uns gerne persönlich darüber sprechen.**

**+49 221 976 3094**

**[info@ralph-goldschmidt.de](mailto:info@ralph-goldschmidt.de)**

**[www.ralph-goldschmidt.de](http://www.ralph-goldschmidt.de)**

**[XING](#), [LinkedIn](#), [YT-Kanal](#)**