

Hier ist eine Inhaltszusammenfassung des Buches:

Herr Egli sucht nach einem Rezept zur sofortigen Lösung aller persönlichen Probleme, er sucht nach einem Prinzip, das jedermann gleich ausprobieren kann. Er teilt alles im Leben eines Menschen in ein IST und ein SOLL, wobei es sich hier sowohl um materielle als auch immaterielle Dinge handeln kann.

Für jeden Einzelnen stellt sich die Frage, wie er mit einem *“Minimum an Aufwand und so schnell wie möglich von einem IST- zu einem SOLL-Zustand kommt”*.

Seine Vorstellungen dazu:

Die Welt besteht aus Gut UND Böse und man muss bereit sein, mit den entsprechenden Konflikten zu leben.

Die Ursache der Konflikte lässt sich nicht immer abstellen, ihre Auswirkungen lassen sich jedoch minimieren, indem man aufhört, alle *“Leute links und rechts und sich selbst!”* zu verurteilen.

Wenn man Probleme welcher Art auch immer wirklich lösen will, muss man aufhören, die Welt in gut und schlecht einzuteilen und sie zu verurteilen. Die Welt ist so wie sie ist. *“Sie ist nicht gut, sie ist nicht schlecht.”*

Der Mensch darf sich nicht zu einem *“machtlosen”* Menschen machen. Dabei versteht er die Macht des Menschen als eine Fähigkeit, für sein Leben selbst verantwortlich zu sein.

Dieses Verhalten machen den Menschen machtlos:

Angst:

... ist das negative, in die Zukunft gerichtete Gefühl.

... *“führt auch zu Kampf, zu Abwehr, zu Aggression”*

... ist das Produkt der menschlichen Unsicherheit, das wiederum auf *“mangelndem Vertrauen in sich selbst oder in die Welt”* beruht.

Seiner Meinung nach fehlt vielen Menschen das Vertrauen an eine Kraft, die man Gott, das Leben oder auch anders nennen kann. So ist zu erklären, dass auch gläubige Menschen zwar an einen Gott glauben

und – und stark überspitzt – trotzdem zu Versicherungen greifen.
“Vertrauen in Gott ist gut, aber eine Versicherung ist besser.”

Angst lähmt den Menschen, führt zu einer Verkrampfung, stört den harmonischen Fluss des Lebens und behindert den Menschen in seiner Denkfähigkeit.

Die Sünde

Weiter kommt in seinem Buch eine wichtige Rolle der Sünde zu, die einen Menschen beherrschbar machen kann, wenn sich dieser einreden lässt, dass er ein Sünder ist und er die wahren Gründe der Anschuldigung nicht in Frage stellt. Die Sünde ist eine Erfindung der Menschen, um die Mitmenschen zu beherrschen. Man erklärt den Menschen zu einem Sünder, redet ihm ein schlechtes Gewissen ein und zeigt ihm den richtigen Weg. Damit wird der Mensch manipulierbar.

“Solange das der Mensch mit sich machen lässt, wird er nie zu einem wirklich machvollen Menschen.”

Er erklärt dies am Beispiel des Christentums.

Verantwortung

Egli vergleicht die Verantwortung mit der persönlichen Macht, Verhältnisse zu ändern. Menschen, die Verantwortung abschieben, machen dies gern. Es lebt sich bequem und praktisch, wenn man ein Opfer ist. Man erhält *“Zuneigung und Aufmerksamkeit, ja vielleicht sogar Bewunderung, sofern er sein schweres Opfer-Los tapfer trägt.”* Es ist also viel leichter, nach Ausreden zu suchen und die Schuld bei anderen zu suchen. Solange alles gut läuft, fühlt man sich für den Erfolg verantwortlich, sobald jedoch die Entwicklung nicht unseren Vorstellungen entspricht, suchen wir die Schuld bei anderen.

Einmischung

Einmischung produziert Konflikte und hat immer mit dem Urteilen zu tun. Wenn wir immer wissen, wie alles geht und welche Fehler andere machen, so sind die nächsten Konflikte vorprogrammiert. Oft denken jedoch die Anderen von uns genauso und man spricht von einer gegenseitigen Einmischung. Die Geschichte könnte mit diesem Thema

Bücher füllen. Die Menschen heutzutage trauen nur selten ihrer eigenen "Macht", ihren Fähigkeiten, hören selten auf ihre eigene Stimme und geben dadurch einen nicht unbeträchtlichen Teil ihrer Macht an andere in der Hoffnung weiter, dort Antworten auf eigene Fragen zu bekommen. *"Die Anderen sind alles, wir nichts."*

Egli zeigt am Beispiel eines Kranken, wie wichtig es ist, die Grenze zwischen einer delegierten Fremdhilfe und einer eigenen Selbsthilfe zu finden. Egli macht sogar die Entwicklungshilfe in Afrika dafür verantwortlich, dass dieser Kontinent in seiner Entwicklung gebremst wird. *"Wenn wir darauf warten, bis uns jemand von außen hilft, dann machen wir uns zu hilflosen Menschen."*

Die Wahrheit ist einfach

Egli behauptet weiter, dass "die Wahrheit einfach ist" und dass sie nicht nur einer Elite überdurchschnittlich intelligenter Menschen vorbehalten werden darf. Es gibt jedoch viele Menschen, die nur dann an etwas glauben oder von etwas überzeugt sind, wenn sie es selbst nicht mehr verstehen. *"Nein, so einfach kann es nicht sein!"* würde man wohl sehr oft hören. Viele Sachen erscheinen ganz komplex, können zerredet werden und könnten trotzdem so einfach sein, wenn man sie einfach nur praktizieren würde. Als Beispiel führt er das Gehen an, einen komplexen Vorgang, der jedoch in der Praxis funktioniert oder die Liebe, über die hochphilosophisch diskutiert werden kann.

"Praktizierte Liebe ist einfach, sie jedoch zu definieren ist hochkompliziert, so dass für sie dann keine Zeit mehr bleibt."

Ratio

Egli setzt sich dann weiter mit der Bedeutung von Ratio (Intellekt) auseinander. Seiner Meinung wurde sie früher für die Problemlösung eindeutig überbewertet. Man begrenze eigene Möglichkeiten, wenn man sich auf den Intellekt und die rationelle Analyse stützt. Übertreffende Erfolge basierten selten auf nur rationalen Überlegungen. Im Namen des gesunden Menschenverstandes wurden z. B. im Bereich der Medizin viele Andersdenkende verurteilt.

Die Menschen sind angeblich der Meinung, dass sie logisch denkende Wesen sind. Jedoch handeln oder denken sie sehr oft vollkommen unlogisch. Sind denn Kriege, Kampf, Vernichtung oder Ausbeutung das Endprodukt des logischen Denkens?

Entweder-Oder

Eine große Hürde stellt auch die herrschende Entweder-Oder-Logik dar. *“Es gibt nicht nur ein Entweder-Oder, ein Gut und Schlecht, es gibt auch ein Sowohl-Als-Auch, ein Gut und Schlecht.”*

Der radikalste Grundsatz

Auf die Frage was oder wer sich ändern müsste, um eine Situation zu verbessern, antwortet Egli mit einem einfachen Satz: *“Die Änderung muss bei mir selbst stattfinden.”* Eine Änderung des Zustands wird nicht erreicht, wenn jeder von den Anderen auf eine Änderung hofft. Egli spricht den Menschen einen freien Willen zu, der Mensch kann also denken was er will. Das bedeutet für ihn: *“alles ist möglich”*. Auf der anderen Seite heißt es aber auch, der Mensch trägt die volle Verantwortung für das, WAS er denkt.

Objektive Welt

Er behauptet weiter, dass es keine objektive Welt gibt. Man ist keiner guten oder schlechten Welt ausgesetzt, man bestimme ganz allein seine Welt. Die Welt wäre nämlich genau das, *“was wir von ihr denken”*.

Er führt dazu dieses Beispiel auf:

„Meine Frau ist das, was ich von ihr denke.

Mein Mann ist das, was ich von ihm denke.

Meine Kinder sind das, was ich von ihnen denke.

Mein Chef ist das, was ich von ihm denke.“

Somit ist auch sein Buch nicht objektiv, *“es ist das, was Sie von ihm denken”*. Jeder hat seine eigene Wahrheit.

Das LOLA Prinzip

Im dritten Teil kommt er auf das eigentliche Thema des LOLA Prinzips zurück. Das besteht aus drei Teilen, LO stehe für Loslassen, L für Liebe und A für Aktion = Reaktion.

Gedanken und Schwingungen

Gedanken sind Schwingungen respektive Energie, jeder Mensch sendet permanent Gedanken aus. Jeder Gedanke hat ein Energiepotential, je kraftvoller das Denken eines Menschen, umso größer sind die Chancen, dass die Gedanken in der Realität umgesetzt werden. Als Beispiel wird der Fall der Berliner Mauer angeführt. Hier hat die Gedankenenergie der Freiheit von Tausenden gewonnen und die Unfreiheit besiegt. Nach seinem Gesetz AKTION=REAKTION kehrt jeder Gedanke zu seinem Sender zurück. So gibt es nach Egli keine Zufälle, sondern alles ist ein Produkt unserer Gedanken.

“Alles was Sie auch immer denken, es kommt zu Ihnen zurück.”

So ist unser aktueller Zustand ein Produkt unserer eigenen Gedanken. Wenn aber Gedanken Energie sind, dann verleihen wir den Sachen Energie, an die wir denken oder uns konzentrieren.

“Wenn wir uns auf unsere Schwächen konzentrieren, dann wachsen diese. Wenn wir uns auf unsere Krankheit konzentrieren, dann wächst diese. Wenn wir uns auf unsere Konkurrenz konzentrieren, dann wächst diese.“

Loslassen

Egli betrachtet das Loslassen nicht aus der psychologischen, sondern aus der physikalischen Sicht. Das Leben wäre daher also ein physikalisches Problem. Er führt drei Beispiele für Personen an, die Positives oder Negatives erreicht haben, weil sie entweder loslassen konnten oder über die Fähigkeit des Loslassens nicht verfügten.

“Leben heißt fließen (Panta rhei = alles fließt)”. Wenn Leben also fließen heißt, so führt das Festhalten notgedrungen zum Tod. Alles

was sich nicht bewegt, empfinden wir als tot. Loslassen heißt für Egli also im Einzelnen

- das Akzeptieren des IST Zustandes und kein Blockieren. Das fällt jedoch vielen Menschen, die sich fragen, ob man nun wirklich alles akzeptieren muss, sehr schwer. Das muss man laut Egli kompromisslos tun, denn es ist nicht möglich, die Gegenwart zu beeinflussen, man kann nur Einfluss auf die Zukunft ausüben.
- Nicht akzeptieren heißt bei Egli zu verteilen. *“Loslassen heißt also, nicht ständig über Menschen und Situationen zu urteilen (gut/schlecht)”*.
- Wenn man sich verbissen auf das Ziel konzentriert, nimmt man nicht wahr, was links und rechts von einem passiert und begrenzt seine Intelligenz. Ein Verkäufer, der sich zu verbissen auf den Abschluss bei einem Kunden konzentriert, der nimmt den Kunden in seiner Ganzheit wahr und riskiert, dass er die Gegenwart falsch einschätzt.
- Genauso schädlich sind Zweifel an der Zielerreichung. *“Wer dem Leben misstraut, kann nicht erwarten, dass das Leben ihn trägt, ihm Gutes tut.”*, meint Egli.

Egli stellt Überlegungen zum Thema Energieverlust an und fragt, was den natürlichen Energiefluss blockiert und wodurch man viel Energie verliert.

- wenn wir den IST Zustand nicht akzeptieren
- wenn wir verurteilen
- wenn wir Angst vor Misserfolg haben
- wenn wir unnötig vergleichen (*“Vergleichen Sie sich nicht mit anderen Personen – auch nicht mit Ihren Konkurrenten. Sie sind Sie.”*)
- wenn wir negative Gefühle für eine Person hegen
- wenn wir für ein Ziel oder gegen einen IST Zustand *kämpfen*, dies erzeuge Verkrampfung, die den natürlichen Fluss der Energie behindert
- wenn wir Schuldgefühle haben (*“Schuldgefühle hat man nur, wenn man über die eigene Vergangenheit urteilt.”*)

Die Kunst des Loslassens führt irgendwann zu der Fähigkeit “im Hier-und-Jetzt zu leben”. Das Leben außerhalb des “Hier-und-Jetzt” kostet sehr viel Kraft und sorgt für Verunsicherung. Er belegt es mit einem Spruch der Zen-Buddhisten:

“Wenn ich esse, dann esse ich,
wenn ich trinke, dann trinke ich”

Ich finde diesen Spruch sehr gut und füge der Information halber fast vollständig hinzu:

Wenn ich stehe, dann stehe ich,
wenn ich gehe, dann gehe ich,
wenn ich sitze, dann sitze ich,
wenn ich schlafe, dann schlafe ich,
wenn ich esse, dann esse ich,
wenn ich trinke, dann trinke ich,
wenn ich schweige, dann schweige ich,
wenn ich schaue, dann schaue ich,
wenn ich lese, dann lese ich,
wenn ich arbeite, dann arbeite ich,
wenn ich bete, dann bete ich ...»

Dieser Spruch bezieht sich auf eine bekannte Geschichte.

Liebe

Im dritten Kapitel macht sich Egli Gedanken zum Thema Liebe. Nirgendwo ist das Verhältnis zur Liebe so gestört wie im Christentum, DER Religion, die die Liebe zu einem Hauptthema macht. Für die meisten ist es fast unmöglich, diesen Begriff zu definieren, viele machen sich oft darüber lustig und unternehmen alles, nur um diesen Begriff nicht in den Mund nehmen zu müssen.

“Liebe ist Liebe. Punkt.”

Er versucht die Leser zu animieren, nicht über das Thema zu disputieren, sondern es einfach auszuprobieren. Für ihn ist das Maximum an menschlichem Potenzial erreicht, wenn ein Maximum an Liebe aktiviert wird.

Im Umkehrschluss führen Hass und Angst zu einem Minimum an Potential.

Er stimmt in den nächsten Kapiteln dem allen Christen bekannten Satz "Liebe deinen Nächsten wie dich selbst" zu.

Am Ende des Buches versteht er Dankbarkeit als einen Ausdruck der Liebe und wendet gleich das Gesetz der AKTION = REAKTION an und fragt: *"Wie können Sie hoffen, vom Leben belohnt zu werden, wenn Sie das Leben nicht achten, nicht dafür danken?"*

Probieren Sie es einfach selbst.