EVA DÜSMANN

DIE 7 HUNA PRINZIPIEN

AVE BY EVA
WWW.EVA-DUESMANN.DE

1. IKE:
DIE WELT ENTSPRICHT DEINEN GEDANKEN

Dieser Satz beschreibt auf sehr einfache Art und Weise die große Bedeutung unserer Gedanken und damit unsere Einstellungen und inneren Bildern. Wenn wir uns hierüber bewusst werden, so haben wir den ersten großen Schritt zu einem glücklichen und befreiten Leben gesetzt. Die Welt verändern heißt, das Denken verändern. Denn unser Erleben wird von unserem Glauben und Erwartungen bestimmt. Auf den Unternehmensalltag übertragen, kann das z.B. bedeuten, wenn die meisten Führungskräfte und Mitarbeiter glauben, dass die Qualität der eigenen Produkte nicht viel taugt, dass die Kunden sowieso bald zur Konkurrenz abwandern und dass die Weiterentwicklung der Firma eher einer Talfahrt gleicht, dann hat das enorme Konsequenzen!

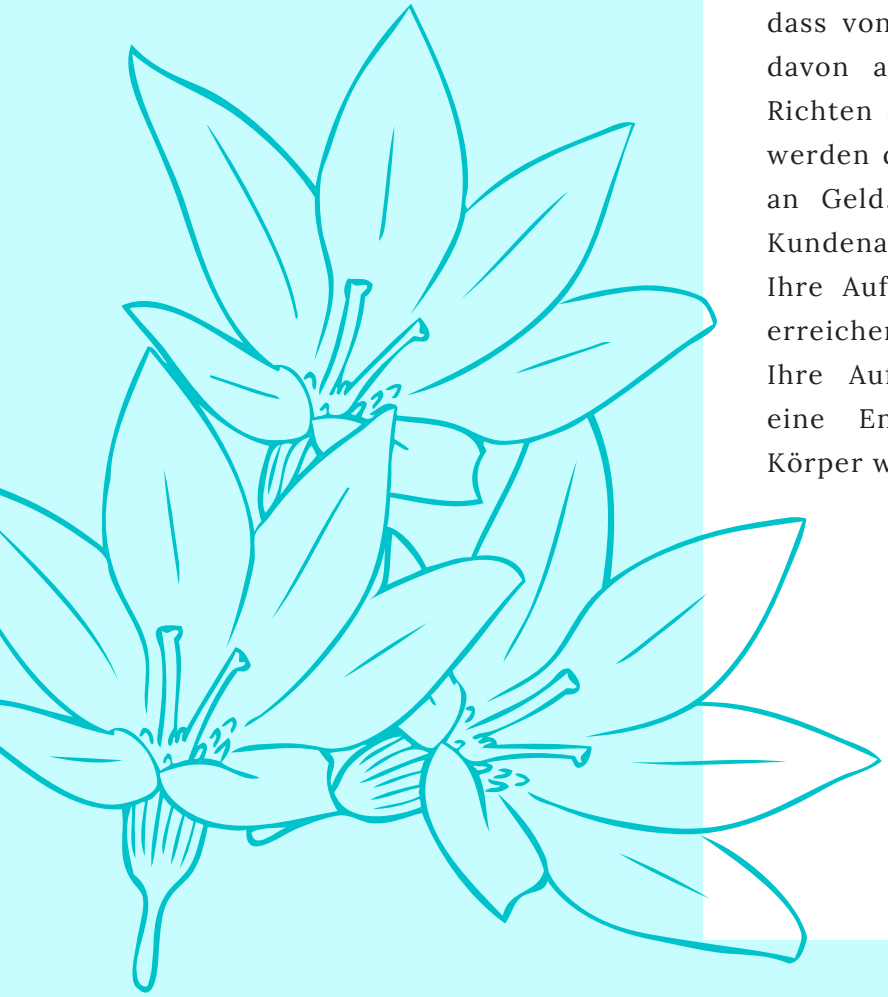
2. KALA: ES GIBT KEINE GRENZEN

Alles ist mit allem verbunden. Grenzen entstehen nur durch unseren Glauben an Grenzen. Manchmal können Grenzen natürlich auch ganz hilfreich sein, aber wir sollten uns immer bewusst sein, dass wir selbst diese Grenzen errichtet haben und sie auch selbst überwinden können. Das heißt also, dass wir alles im Leben verändern können, und das beginnt im Kopf und dadurch, dass wir die Veränderung wirklich wollen. Vor 100 Jahren war die Wissenschaft der festen Überzeugung, fliegen in Flugzeuge sei unmöglich, da Metall schwerer als Luft ist ...

Wo wären Sie bereit, etwas scheinbar Unmögliches für möglich zu halten? Vielleicht die Begegnung mit dem Partner Ihrer Träume oder Entdeckung Ihres Traumjobs oder mit einem tollen Arbeitsklima, obwohl Chef und Kollegen die gleichen bleiben?

3. MAKIA:
ENERGIE FOLGT DER AUFMERKSAMKEIT

Das, wohin wir unsere Aufmerksamkeit richten, wächst. Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit darauf, dass von allem reichlich da ist oder gehen Sie davon aus, dass Sie Mangel leiden müssen? Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf Ängste, so werden diese Ängste immer größer, z.B. Mangel an Geld, an Beziehungen, an Gesundheit, an Kundenaufträgen. Ganz anders ist es, wenn Sie Ihre Aufmerksamkeit auf das richten, was Sie erreichen oder bewirken wollen. Wo immer Sie Ihre Aufmerksamkeit haben, verursachen Sie eine Energiebewegung, sowohl im eigenen Körper wie auch draußen.



4. MANAWA: JETZT IST DER AUGENBLICK DER MACHT / KRAFT

Was nützt es, vermeintlich verpasste Chancen oder Fehler der Vergangenheit zu beklagen oder sich auf Zukunftserwartungen zu fixieren, wenn wir dadurch diesen Moment nicht erleben? Sicher ist es wichtig, aus gemachten Fehlern zu lernen und sich Ziele zu setzten, doch die Vergangenheit ist vorbei. Die Zukunft ist noch nicht da. Das Einzige, was Sie beeinflussen können, ist die Gegenwart. Das Jetzt haben Sie mit den vergangenen Gefühlen und Gedanken gestaltet. Das, was Sie in diesem Moment denken und fühlen, gestaltet Ihre Zukunft. Die größte Kraft liegt immer im gegenwärtigen Moment und nur dann können Sie Ereignisse beeinflussen.

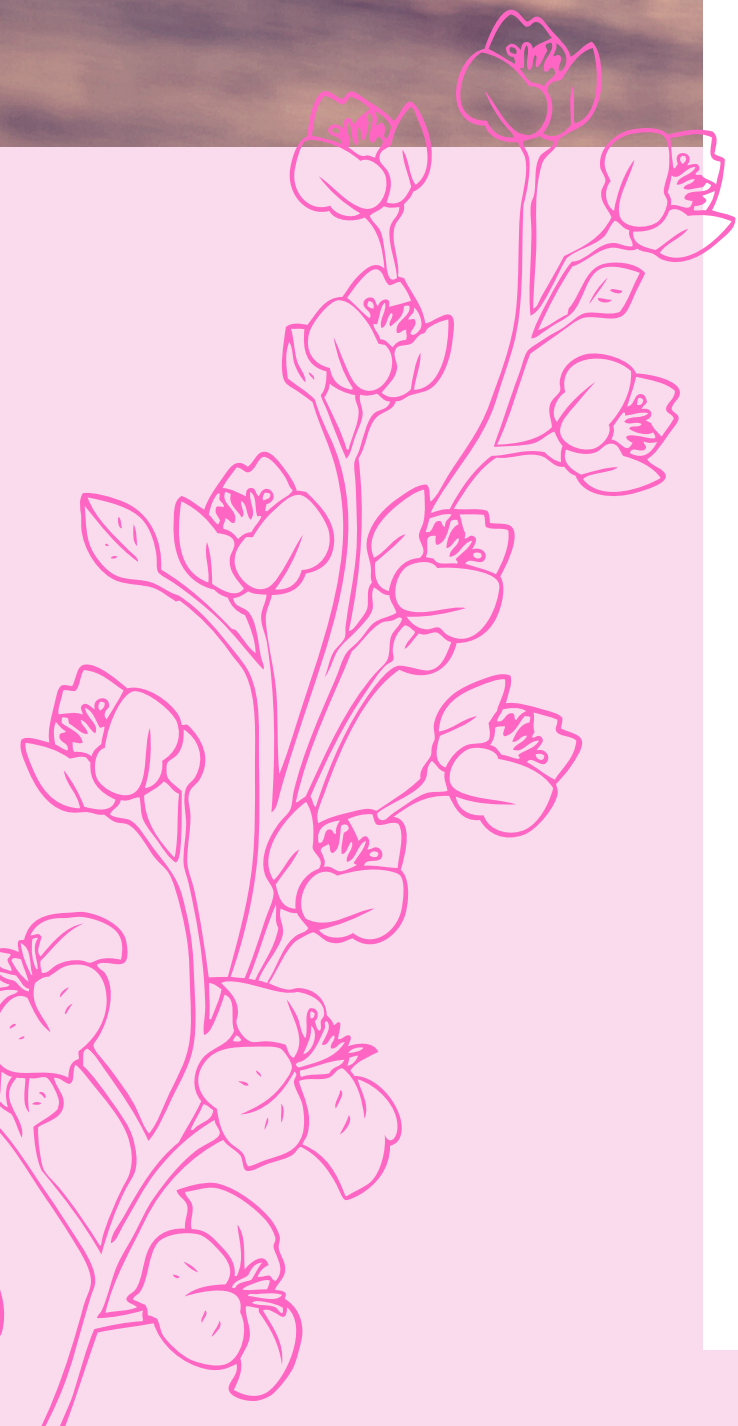
5. ALOHA: LIEBEN HEISST, GLÜCKLICH SEIN MIT...

Lieben Sie alles, was Sie in Ihrem Leben vorfinden und entscheiden Sie sich, glücklich zu sein! Die Liebe ist das positivste aller Gefühle. Erkennen Sie an, dass alles was Sie jetzt erleben, aus Ihren eigenen Gedanken und Gefühlen entstanden ist und es nicht Ihnen irgendwie von außen aufgezwungen wurde.

Vergessen Sie die Bedenken:

- **„Ich kann erst glücklich sein, wenn ich einen Partner gefunden habe."**
- **„Wenn ich meinen Partner verlassen habe."**
- **„Um glücklich zu sein, muss ich erst einen Job finden bzw. meinen Job kündigen."**

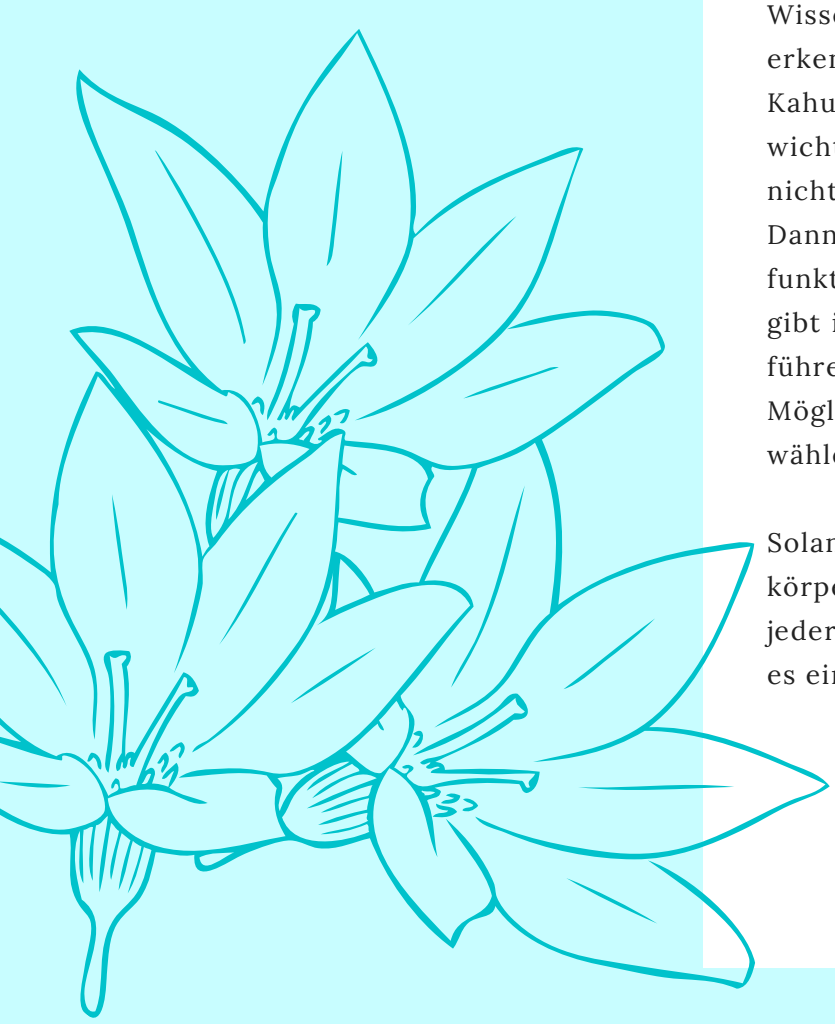
Glück braucht keine Bedingungen. Sie haben jetzt sofort die Möglichkeit, sich dafür zu entscheiden, glücklich zu sein! Sie können bestimmte Umstände oder Menschen einfach nicht lieben? Machen Sie sich bewusst, dass Sie dadurch Ihr eigenes Glück schmälern.



6. MANA:
ALLE MACHT (KRAFT) KOMMT VON INNEN

Wir alleine sind verantwortlich für unsere eigene Realität. Oder schieben Sie gerne die Schuld auf andere, auf Ihren Partner, auf die schlechte Auftragslage oder die unfähigen Mitarbeiter? Uns kann nichts und niemand unglücklich machen, und es ist wichtig, den eigenen Anteil an dem Geschehenen zu erkennen. Wenn es also in unserer Macht lag, das Geschehene zu erschaffen, dann liegt es auch in unsrer Hand, es zu verändern. Manchmal ist es auch nötig, eine Entscheidung alleine zu treffen, nämlich wenn die anderen trotz allem nicht kooperieren, und Sie sich möglicherweise „in Sicherheit“ bringen, Ihrem Leben eine andere Richtung geben müssen oder möchten.

7. PONO: WIRKSAMKEIT, IST DAS MASS DER WAHRHEIT

Wissen allein ist nicht genug. „Einen Experten erkennt man an seinen Resultaten“, sagen die Kahunas (Meister des HUNA). Ist das Ziel wichtig, aber noch nicht erreicht, sollten wir nicht aufgeben, sondern den Ansatz verändern. Dann müssen wir mehr von dem tun, was funktioniert und andere Wege beschreiten. Es gibt immer andere Möglichkeiten, die zum Glück führen, wie es Menschen gibt. Jeder hat die Möglichkeit, seinen individuellen Weg zu wählen.

Solange man keinen anderen Menschen körperlich, geistig oder seelisch verletzt, ist jeder Weg richtig, der zum Ziel führt. Auch wenn es ein Umweg ist ...