

Warum Zeit keine Wunden heilt & Loslassen besser verstehen.



Herzlich Willkommen.

Mein Name ist Eugen von FlowFinder.

Und in diesem Video möchte ich auf einen weitverbreiteten Mythos eingehen. Ich bin mir sicher, du kennst dieses Zitat:

• «Zeit heilt alle Wunden.»

Und nichts könnte von der Wahrheit weiter entfernt sein. Das ist **kompletter Nonsens**. Es ist **Bullshit**.

Womöglich hast du es sogar zu anderen Menschen gesagt, die in so einer Art «Lebenskrise» gesteckt haben. Die eine schwierige Zeit durchgemacht haben. Und dann hast du diesen Spruch losgelassen. In der Hoffnung, dass sie sich besser fühlen. Aber das ist kompletter Unsinn.

Und ich möchte dir in diesem Video erklären, warum. Steigen wir mit einem einfachen Beispiel ein:

Das ist eine Geschichte, die ich vor ein paar Jahren gelesen habe. Und diese verdeutlicht es ziemlich gut. Wir gingen von einer fiktiven Bank aus. In dieser Bank befinden sich insgesamt 4 Leute. Und diese Bank wird jetzt überfallen. Und jetzt ist es völlig egal, ob der Räuber davonkommt oder nicht. Oder ob er von der Polizei vor Ort gestellt wird.

Der Punkt ist: **Es ist ein stressiges Erlebnis für alle Beteiligten.**

Und jetzt betrachten wir uns mal die einzelnen Kandidaten. Und wenn man das macht, dann kann man die **Menschen in 4 Kategorien einteilen.**

Der erste Kandidat würde hergehen und sich denken:

- **«Ui Schit. Das war echt ein Roller-Coaster. Das war ein ziemlichlicher Tripp.».**

Gleichzeitig geht er die Strasse entlang. Also nachdem er den Ort verlassen hat. Und **5 Minuten später hat er das ganze vergessen. Er hat das komplett losgelassen.**

- So wie ungefähr diesen Stift, den ich einfach so loslassen kann. Und er fällt dann einfach von mir weg.



- Es ist wie ein Stein, der von mir wegfällt, ja.

Dieser Mensch kann Sachen komplett von der einen Sekunde auf die andere loslassen.

Kandidat Nummer zwei auf der anderen Seite bräuchte wahrscheinlich etwas medizinische, beziehungsweise psychologische Betreuung.

Er würde immer wieder davon erzählen. Er würde ungefähr die letzten 2-4 Wochen seinen Freunden immer wieder davon erzählen. Wie wahnsinnig krass es war, als er in den Lauf einer Kanone geblickt hat.

Und zum Ende wird er es loslassen können.

Und er hat dann eine schöne Geschichte, die er dann auf irgendwelchen Partys erzählen kann.



OK, das war Kandidat Nummer zwei.

Jetzt zum Kandidaten Nummer drei. Kandidat Nummer drei wird immense Schwierigkeiten haben.

Er wird sehr viel psychologische Betreuung brauchen.

Er wird wahrscheinlich erst einmal in eine Depression verfallen. Er wird Angstzustände haben. Er wird harte Medikamente nehmen müssen. Er wird womöglich auf Drogen zurückgreifen. Auf Alkohol.

Aber irgendwann, vielleicht nach paar Monaten, vielleicht nach paar Jahren, wird er es schaffen, aus dem Teufelskreis auszubrechen. Und er wird es schaffen, dieses Erlebnis zu verarbeiten.

Oder er wird es einfach ins Unterbewusstsein drücken. Er wird es einfach loslassen können.



Kandidat Nummer vier, unser letzter Kandidat, ist dieser Charakter: Er wird es niemals schaffen. Er wird es niemals schaffen, dieses Erlebnis loszulassen. Es wird sozusagen Quelle, es wird der zündende Funke sein für eine Abwärtsspirale, in die er sich dann begibt. Er wird sich als Opfer fühlen den Rest seines Lebens. Und er wird diesen Tag immer verfluchen, an dem es sozusagen angefangen hat bergab zu gehen. Er wird womöglich auf Drogen zurückgreifen. Und keine Therapie wird anschlagen. Er wird jetzt ständig Angstzustände haben. Er wird nie wieder Banken betreten können.

Und das ist natürlich das andere Ende des Spektrums, wo wir uns ebenfalls nicht befinden möchten.



Zum einen haben wir diesen ersten Kandidaten gehabt, **der eben Sachen sofort loslassen kann.**

Und der vierte Kandidat **kann das überhaupt nicht.** Das ist **wie der Stift hier.** Als hätte der Stift Superkleber dran. **Und ich nehme in und kann ihn nicht mehr loslassen.** Es ist so, dass dann noch 10'000 weitere Ereignisse noch mit dranhängen. Und dann ist die Hand voller Stifte.

Jetzt siehst du, dass man **verschiedene Charakter** hat, **die mit dem Erlebnis unterschiedlich schnell klarkommen können.** Und das ist entscheidend.

Dieser Spruch:

- **«Zeit heilt alle Wunden.»**

Ist kompletter Nonsense. Zeit hat nichts, absolut nichts damit zu tun, wie du Sachen loslassen kannst.

- **ALLEINE ENTSCHEIDEND HIERFÜR IST DEINE GEISTIGE EINSTELLUNG. ES IST DEINE FÄHIGKEIT, SACHEN LOSZULASSEN. ES IST DEIN MINDSET. UND DIESES MINDSET**

IST EXTREM KRITISCH. DAS IST EINE SEHR, SEHR WICHTIGE FÄHIGKEIT.

Das Thema loslassen, Techniken dazu werde ich in einem der kommenden Videos mal ansprechen.

Ich bin auch in einer meiner letzten Videos zum Thema «Glücklich sein» darauf eingegangen:

- **Warum es so wichtig ist, Sachen loszulassen. Insbesondere Sachen, die einen bedrücken. Also negative, emotionale Erlebnisse, die irgendwo in der Vergangenheit uns sozusagen die Energie rauben, wie ein Vampir.**
- **DU MUSST LERNEN, SACHEN LOSZULASSEN!!!**

Und ich will nicht darüber urteilen, wie deine Kindheit war. Vielleicht hattest du eine schwierige Kindheit. Du kommst aus einem schwierigen Elternhaus, oder sowas Ähnliches. Dafür bin ich nicht hier. Ich bin hier, um dich zu motivieren:

- **DAS BESTE AUS DEINER ZUKUNFT HERAUSZUHOLEN.**

Also schliessen wir das Video nochmals ab. Es geht primär darum, dass du verstehst:

- **ZEIT HAT NICHTS DAMIT ZU TUN, WIE DU SACHEN LOSLASSEN KANNST. DEN WENN ES DER FALL WÄRE, WÜRDEN MENSCHEN MIT EINEM ÄHNLICHES ERLEBNIS IMMER SACHEN GLEICH SCHNELL LOSLASSEN KÖNNEN.**

Beispielsweise nehmen wir mal jemanden, der einen geliebten Menschen verloren hat. Der müsste dann dieses Erlebnis, dieses emotionale Erlebnis über eine bestimmte Zeitspanne loslassen können.

Und dann könnten wir bei jedem Menschen sagen: Ach, wenn Ihnen das und das Wiederfahren ist. OK, weisst du was, macht nichts, in 5 Wochen oder in 5 Monaten hast du das ganze verarbeitet. Das können wir aber nicht. Das ist ganz einfach nicht wahr.

- **ALSO, DU KANNST DICH NICHT DARAUF VERLASSEN, DASS DIE ZEIT IRGENDWELCHE WUNDEN HEILT. UND GLEICHZEITIG IST ES EINE ABSOLUT KRITISCHE FÄHIGKEIT, DAS DU LERNST, SACHEN LOSZULASSEN, DIE DICH NICHT NACH VORNE BRINGEN. DIE DICH NICHT DEINEN ZIELEN NÄHER BRINGEN.**



Das wars eigentlich auch schon. Ich wollte mit diesen Mythos kurz aufräumen. Nimm das mit!

Und wenn dir das Video gefallen hat. Vielleicht, auch wenn du jemanden kennst, dem dieses Video jetzt helfen würde, der vielleicht eine schwierige Zeit durchmacht, schick ihm einfach den Link!

Ansonsten würde es mich auch freuen, wenn du dieses Video positiv bewertest. Wenn du es mit deinen Freunden teilst. Vergiss auch nicht, unseren Kanal zu abonnieren.

Und dich auf FlowFinder anzumelden. Denn dort publizieren wir auch exklusive Inhalte, die wir hier auf YouTube nicht veröffentlichen.

- **WENN DU ALSO PERSÖNLICH WACHSEN MÖCHTEST. WENN DU AN DIR ARBEITEN MÖCHTEST. DEIN VOLLES POTENTIAL IRGENDWANN NUTZEN MÖCHTEST. UND WIRKLICH GLÜCKLICH WERDEN MÖCHTEST. DANN MELDE DICH AUF JEDENFALL AUF FLOWFINDER AN!**

Bis dahin. Mein Name ist Eugen von FlowFinder.

Bis zum nächsten Mal.