

# Monster mit dreitausend Köpfen

**Author :** Spax

**Date :** 28. April 2017

Als „Monster mit dreitausend Köpfen“ werden all unsere antrainierten Verhaltens- und Glaubensmuster bezeichnet und allem voran unsere [eigene Wichtigkeit](#): Um [aufzuwachen](#), kann man entweder jeden Kopf einzeln abschlagen, was bedeutet, jede Angewohnheit zu durchleuchten, jede miese Erfahrung aufzuarbeiten usw. Doch ist dies eher ein mühseliges und auch nutzloses Unterfangen, denn hierbei liegt der [Fokus](#) auf ausschließlich unliebsamen Dingen, die ich an mir ändern möchte. Daher kann diese Methode meines Erachtens keinen Erfolg haben, weil man den grundlegenden Fokus nicht ändert und stets auf weitere unliebsame Eigenschaften stößt. Ein Faß ohne Boden also. Oder wie heißt es so schön: Für jeden Kopf, den man abschlägt, wachsen zwei neue nach...

Deshalb ist es sinniger, den Fokus zu ändern und *grundlegend* eine andere Haltung einzuüben, die sich auf positive Lebenserfahrungen und Aussichten stützt. (siehe Haltung des [Kriegers](#); siehe auch [Castaneda, \*The Power of Silence\*](#), 270)