

## 2. Lesetipps

Das ist *Ihr* Buch. Lesen Sie es so, wie es Ihnen Spaß macht. Vielleicht von vorne, nach hinten oder umgekehrt.

Blättern Sie nach Lust und Laune. Gustieren Sie und picken Sie sich Ihre Rosinen heraus. Die wirklich tollen Sachen behalten Sie bis zum Schluss auf.

Oder Sie lesen sie gleich zu Beginn.

Nach jedem Kapitel und spätestens am Ende des Buchs werden Sie Ihre Mitmenschen ein klein wenig anders »sehen«. Ihnen werden Signale auffallen, die Ihnen vorher entgangen sind.

»Nichts Neues« – wird Ihnen das eine oder andere Mal in den Sinn kommen ... Sie werden möglicherweise an manchen Stellen sagen: »Ja, das hab ich vorher auch schon gewusst.«

Und genau in dem Augenblick wird es entscheidend sein, noch ein wenig genauer hinzusehen. Ihnen wird so manches im Leben auf einmal viel deutlicher vor Augen treten.

**»Die für uns wichtigsten Aspekte der Dinge sind durch ihre Einfachheit und Alltäglichkeit verborgen.**

**(Man kann es nicht bemerken – weil man es immer vor Augen hat.)  
Die eigentlichen Grundlagen seiner Forschung fallen dem Menschen gar nicht auf.«**

Ludwig Wittgenstein

Es wird Sie überraschen, dass Sie sich schon nach diesen Zeilen selbst intensiver beobachten werden. Und Sie werden lernen, neue Signale auszusenden.

All diese Signale waren vorher auch schon da. Nun werden Sie Ihnen auch »bewusst« sein.

Beginnen Sie damit zu arbeiten!

## **Der sechste Sinn**

Das Wirken unserer fünf Sinne ist recht klar zu erkennen. Hören, Sehen, Riechen, Schmecken und Tasten.

Die Wahrnehmung unseres eigenen Körpers – jenen unbewussten Fluss an Informationen über die beweglichen Teile unseres Körpers – ist weit weniger deutlich.

Charles Scott Sherrington bezeichnete dies in den 1990er-Jahren als den sechsten Sinn. Er nannte ihn »Propriozeption« (Eigenwahrnehmung).

Genau das meint auch Vera F. Birkenbihl, wenn sie sagt:

**»Jemand, der sich seiner eigenen körpersprachlichen Signale nicht bewusst werden kann, wird die Signale anderer nie sehr exakt registrieren können.«**

Erhöhen Sie Ihre Propriozeption. Sie wird Ihnen Wege zu sich selbst und zu Ihren Mitmenschen öffnen.

### **»Kennen« – »Können«**

Nicht das »Kennen« wird über Erfolg oder Misserfolg entscheiden. Auch nicht das Talent. Es wird das »Können« sein, das Sie auf ein höheres Niveau bringen wird. Ich empfehle Ihnen deswegen, die Dinge einfach auszuprobieren. Führen Sie die Übungen aus und bauen Sie das neu Gelernte Schritt für Schritt in Ihren Kommunikationsalltag ein.

Ich wünsche Ihnen damit ebenso viel Freude, wie ich sie hatte, als ich dieses Buch geschrieben habe.

Ihr



Aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit habe ich auf die kombinierte weiblich-männliche Schreibweise verzichtet.

Ich bedanke mich für Ihr Verständnis.

**»Es ist nicht gesagt, dass es besser wird, wenn es anders wird.  
Wenn es aber besser werden soll, muss es anders werden.«**

Georg Christoph Lichtenberg (deutscher Schriftsteller und Physiker)