



Wofür brennt dein Herz?

Gefundene Berufung

Ulrich Spandau

Wikipedia:

*Motivation bezeichnet das auf emotionaler und neuronaler Aktivität (Aktivierung) beruhende Streben des Menschen nach Zielen oder wünschenswerten Zielobjekten.[1] Die Gesamtheit der Beweggründe (Motive), die zur Handlungsbereitschaft führen, nennt man Motivation.[2] Die Umsetzung von Motiven in Handlungen nennt man Volition oder Umsetzungskompetenz.[3] Die Bezeichnung Motivation ist auf das lateinische Substantiv *motivum* (Beweggrund, Antrieb) zurückzuführen.[4]*

Alles klar, oder?

Eher weniger! Ich will mal ganz einfach auf mein eigenes Leben zurückgreifen: Wie habe ich das erlebt? Wie kam ich vom bloßen „tun müssen“ zur Motivation? Wie habe ich meine Berufung gefunden?

Eigentlich wollte ich das nicht werden, was ich zunächst geworden bin. Meine Eltern waren schon relativ alt. Meine Mutter hatte ein Geschäft, mein Vater auch. Ich war der einzige Junge nach drei Mädels. Also war die Erwartung: Du

sollst mal unser Nachfolger sein. Diese Erwartung war nicht so massiv, aber ich nahm sie eben wahr und wollte es meinen Eltern recht machen.

Also stieg ich in das Geschäft meines Vaters ein, wurde irgendwann mal Prokurist und war somit der Hoffnung bringende Nachfolger.

Nur - ich war nicht glücklich. Immer wieder fragte ich mich, ob das alles wäre in meinem Leben. Der Umgang mit den Menschen, sprich Kunden, machte mir sehr viel Spaß und ich hatte viel Freude im Umgang mit anderen Menschen, aber desto weniger am Umgang mit Zahlen, Umsatz und Reklamationen.

Wie es in einem Schlager heißt: „von nun an ging's bergab“. So war es auch und privat sah es nicht anders aus. Von Motivation und Ermutigung keine Spur - bis sich eines Tages das Blatt wendete und Freunde mich zu einem Treffen schickten, man nannte das Freizeit. Ich wusste nicht, was mich dort erwartete, aber ich ging hin. Ich traf Menschen, die mich herzlich aufnahmen, mich ernst nahmen und mich wahrnahmen. Sie zeigten mir den Weg in ein total veränderndes Leben mit einem ganz neuen Denken, für mich eine völlig verrückte Sache. Aber ich spürte, dass

es anfang, meine Sehnsucht zu stillen. Ich begann mein Leben neu auszurichten und es dauerte nicht lange, da wurde mir klar, dass ich auf dem Weg meiner Berufung war. Ich lernte Theologie und Sozialpädagogik und durfte nun mit Menschen arbeiten, was ich auch bis heute tue.

Was ist geschehen:

Zunächst lebte ich mein Leben wie Millionen anderer auch, tat meine Pflicht, hatte meine Erfolge und Misserfolge, war aber dabei in der Tiefe meines Herzens nicht glücklich.

1. Durch die Hinwendung zu Jesus Christus bekam mein Leben einen ganz neuen Sinn.
2. Durch die Veränderung meiner Lebenssituation konnten meine Stärken und Gaben zum Tragen kommen.
3. Durch die neue Sichtweise erlebte ich ein neues Denken mit all den dazu gehörigen positiven Auswirkungen.

Auf diese drei Punkte möchte ich später noch näher eingehen.

UNTERSCHIED ZWISCHEN SPASS UND MOTIVATION?

Es ist gar nicht so schwer, die Steuererklärung zu machen. Und es kann sogar Spaß machen. Vorausgesetzt, man weiß sich zu motivieren. So schreibt TINA GROLL.

In vielen Beiträgen konnte ich lesen, dass Motivation durch Spaß entsteht. Diese Aussage möchte ich einmal hinterfragen. Kann man denn immer Spaß haben? Ist Spaß eine dauerhafte Größe und muss es denn überhaupt so sein? Sagte nicht mal einer: "Arbeit soll Spaß machen, aber wer kann schon immer Spaß vertragen?"

Ich möchte diese Sicht einfach mal umdrehen und sagen: Bin ich motiviert, dann wird es mir auch eher Spaß bereiten. Für mich ist Motivation etwas Tieferes, etwas Dauerhafteres, hat sozusagen eine längere Standzeit. Wie schnell kann einem der Spaß vergehen, oft durch Kleinigkeiten und dann...?

WAS MOTIVIERT?

Das ist für mich eine der wichtigsten Fragen. Was motiviert mich eigentlich und wie kann ich dies erreichen?

Wir wollen einmal zwei Punkte näher betrachten:

1. Motivation benötigt Ziele!

Wir brauchen Ziele. Wo kein Ziel ist, da ist auch kein Sinn. Ja, ich möchte noch weiter gehen und sagen: Wo kein Ziel ist, beginnen wir uns im Kreis zu drehen.

Mir persönlich ist die Begebenheit mit Elia so wichtig geworden (1. Könige 18). Elia hatte zunächst ein sehr großes Ziel und das motivierte ihn ungeheuerlich. Er wollte den Menschen beweisen, dass es einen Gott gibt, der einfach der Herr aller Herren ist.

*1. Könige 18, 36 - 38: Und als es Zeit war, das Speisopfer zu opfern, trat der Prophet Elia herzu und sprach: HERR, Gott Abrahams, Isaaks und Israels, lass heute kundwerden, dass du Gott in Israel bist und ich dein Knecht und dass ich das alles nach deinem Wort getan habe! Erhöre mich, HERR, erhöre mich, **damit dies Volk erkennt, dass du, HERR, Gott bist und ihr Herz wieder zu dir kehrt!***

Elia hatte ein hehres Ziel und war super motiviert, dies nun zu verfolgen.

Und er hatte Erfolg, Gott stellte sich auf seine Seite und seine große Motivation wurde belohnt. Aber schon einige Verse später sehen wir, dass Elia sein Ziel verlor. Angst machte sich breit und er lief um sein Leben.

Natürlich war es nicht alleine das Ziel, das ihn motivierte, aber es war ein wesentlicher Bestandteil seiner Motivation. Nun verlor er das Ziel aus seinen Augen und sah auf sich und auf seine Situation. Sein Lebensmut schwand, seine Motivation sank auf den „0-Punkt“. Doch Gott war bei ihm. Sein Engel brachte Nahrung und damit Kraft. Ohne Motivation schwindet unsere Kraft. Im schlimmsten Fall haben wir keinen Lebensmut mehr und das Leben wird für uns sinnlos. Gott

geht mit hinein in diese Situation, mit auf den beschwerlichen Weg der Resignation, bis hin zum Berg Horeb, bis in die Höhle. Gott lässt ihn nicht fallen.

Wie oft habe ich erlebt, dass Firmen, die ich betreute, keine Ziele hatten, bzw. sie nicht transparent machten und sich über die mangelnde Motivation ihrer Mitarbeiter wunderten. Ziele zeigen einen Weg und geben Sinn. Ziellosigkeit raubt uns die Motivation.

Welche Ziele haben wir in unserem Leben? Für uns, für unsere Beziehungen, für unseren Job...? Ich möchte mich jetzt nicht darauf einlassen, ob es die richtigen Ziele sind oder ob es eine Zielkorrektur braucht. Darüber können wir reden, wenn es um das Thema Ziele geht. Wir denken im Moment über das Thema Motivation nach und stellen fest, dass es Ziele braucht, ja, unser Leben, unsere Beziehung, unser Beruf braucht Ziele. Ein weiterer Punkt ist, dass Ziele auch Perspektive bringen – oder ist es andersherum?

2. Motivation ist keine alleinstehende Größe.

Es ist nicht so, dass Motivation entweder da ist oder fehlt. Sie ist nicht unbeeinflussbar. Motivation kann von uns beeinflusst werden, das ist die gute Botschaft.

Ein kluger Mensch hat mal gesagt: Ich bin, was ich denke.

Einer meiner Vorträge lautet: Wie ich mich sehe, bestimmt mein Leben.

Ja, was ich denke, wie ich bewerte, ist ein Schlüssel zu vielen Dingen. Schauen wir an der Stelle nochmal zu Elia: Was dachte Elia über sich und seinen Gott, als er die Baalspriester herausforderte? Welches Gottesbild hatte er? Was erwartete er von Gott?

Ist es nicht ein allmächtiger, starker Gott, der zu seinem Mann steht und zu dem Elia sagen kann: Herr, zeig ihnen, dass Du der Herr bist!

Elia bewertete die Situation sehr positiv und in seinen Augen war Gott ein allmächtiger, starker Gott.

Und dann las er den Brief der Isebel, bekam Angst und lief um sein Leben. War Gott über Nacht ein schwacher Gott geworden, ein Gott, der nicht helfen kann? Nein, sicherlich nicht! Gott war nicht anders, er war nicht schwach. Aber woran

lag es nun? Natürlich, Isebel war Königin, aber 450 Baalspriester waren ja auch nicht gerade von Pappe, oder?! Was war geschehen? Elia hat die Situation anders bewertet, er dachte anders. Isebel wurde größer als Gott, nicht in Wirklichkeit, aber in den Augen Elia. Kein Wunder, wenn er nun Angst bekam. Er verzagte, seine Motivation war im Eimer. Nicht weil Gott klein wurde oder weil er nicht mehr zu ihm stand, nein, sondern weil Elia anders dachte!

Wie denken wir über eine Situation? Wie bewerten wir? Unsere Bewertung macht Gefühle und unsere Gefühle sind der Motor unseres Handelns.

Also, nicht die Situation entscheidet in erster Linie über mein Ergehen, sondern meine Bewertung, wie ich die Dinge sehe, entscheidet in erster Linie darüber, wie ich reagiere und wie es mir dann ergeht. Sage mir, wie du über etwas denkst, und ich sage dir, wie du damit umgehst.

Eingebildeter Mangel, mit dem ich mich beschäftige, trägt Früchte. So war es ja auch Satans Strategie, den ersten Menschen einen Mangel einzureden. Wir nennen dies das „Wenn-dann-Prinzip“. Wo ich Mangel sehe, wird es in mir auch ein Gefühl des Mangels geben.

3. Motivation und Ermutigung ist eine Sache, die mir sehr am Herzen liegt.

Ermutigte Menschen sind sicherlich auch eher motivierte Menschen. So gehören für mich Ermutigung und Motivation eng zusammen.

Dabei ist die Ermutigung für mich die Grundlage. Ermutigung ist ein Sein, eine Lebenshaltung. Motivation ist auf das Tun ausgerichtet und damit verschieden.

John C. Maxwell schreibt in seinem Buch „Leadership“: Die vornehmste Aufgabe einer Führungskraft ist es, den Mitarbeitern die Arbeit zu ermöglichen und sie zu ermutigen.

Er wusste: Ermutigte Menschen sind in der Regel auch motivierte Menschen.

Ermutigung ist in meinen Augen lebensnotwendig, denn Ermutigung ist der Weg nach oben, heraus aus der Resignation.

Rudolf Dreikurs (ein Schüler von Alfred Adler) schreibt: Wir sind entweder Ermutiger oder Entmutiger für die Menschen, z. B. Familie, Kinder, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, und tragen dadurch konkret zu ihrer größeren oder geringeren Fähigkeit bei, ihre Lebens- und Arbeitsaufgaben zu bewältigen.

Also weg von der Mangelfixierung und hin zum Möglichkeitsdenken.

Worauf ich mich konzentriere, das wird mich prägen! Wir kennen alle die Frage: Ist das Glas halbvoll oder halbleer? Wie sehe ich die Dinge? Gerade hier ist ein Umdenken möglich und wird dann auch mein Handeln beeinflussen. Die Situation, meine Gefühle, den anderen kann ich weniger verändern. Aber meine Sicht der Dinge kann ich hinterfragen und korrigieren.

Ermutung fördert die Entschlussfreudigkeit, Entscheidungsfähigkeit, Kontaktbereitschaft und Verantwortungsfreude und man ist eher bereit, Neues zu wagen. Kurz gesagt, sie fördert unsere Motivation.

4. Motivation und Eigenverantwortung - Menschen mit Eigenverantwortung können sich auch motivieren

John C. Maxwell schreibt: Nur bevollmächtigte, in Eigenverantwortung handelnde Menschen können ihr persönliches Potenzial entfalten. Gott hat den Menschen eigenverantwortlich geschaffen. Das hat mehrere Gründe. Ohne Eigenverantwortlichkeit ist keine Liebe möglich. Gott schuf den Menschen zu seinem Bilde, mit Entscheidungsfreiheit, mündig, denn nur so kann eine Liebesbeziehung entstehen. Liebe kann man nicht verordnen. Sie kann nur freiwillig, aus einer eigenen Entscheidung kommen. So kann ich also auch sagen, dass der Baum im Paradies ein Entscheidungsbaum, also auch ein Liebesbaum war. Hier konnte es sich entscheiden und die Menschen haben entschieden. So ist der Mensch also ein entscheidungsfähiges Wesen und kann entscheiden, wie er über eine Sache denken möchte. Das hat ganz viel mit Motivation zu tun, wie wir schon gesehen haben.

Ein entscheidender Umstand ist dabei das Selbst-

bewusstsein. Der größte Feind der Eigenverantwortung ist mangelndes Selbstbewusstsein, und es ist sehr wichtig, daran zu arbeiten.

Wer bin ich, wie sehe ich mich? Das sind Fragen, die entscheidend sind. Mein Minderwert verhindert, dass ich meine Stärken, Gaben und Möglichkeiten zum Einsatz bringen kann, und dadurch geht mir auch die Motivation flöten. Wieviele Menschen habe ich kennengelernt, die als erstes fragen: „Bin ich schuld? Habe ich einen Fehler gemacht?“. Sie trauen sich nur sehr wenig zu, kommen kaum aus dem Strudel des Minderwertes heraus und blockieren sich selbst.

Wenn wir aufhören, an der Stelle andere oder auch die Situation verantwortlich zu machen und anfangen, die Verantwortung immer mehr zu übernehmen, dann werden wir erleben, dass wir mehr und mehr dahin kommen, ermutigt zu denken, motiviert zu sein und Freude am Leben zu spüren.

5. Motivation und Selbstüberwindung - Überwindung, weil es sich lohnt! Es ist ein Locken und nicht in erster Linie ein Gehorchen.

Musste Abraham gehorchen, als Gott ihm sagte, er solle aus seinem Vaterland ziehen in ein Land, das er ihm zeigen werde?

Wir kommen sehr gerne vom Gedanken des Gehorsams her, stramm stehen und gehorchen. Ich sehe bei Gott etwas anderes. Gott verheißt dem Abraham ein Land, in dem Milch und Honig fließen, schöner als alle anderen Länder usw. Natürlich braucht es immer noch Gehorsam, aber dieser Gehorsam bekommt doch eine ganz andere Bedeutung und hat wesentlich mehr mit Motivation zu tun als mit bloßem Gehorsam, d. h. etwas zu tun, was einem gar nicht liegt. Die Verheißungen Gottes sind Angebote, die doch keinen großen Gehorsam fordern, sondern ein „Haben wollen“. Ich will in dieses Land, ich will in Gottes neue Welt, wo die Straßen aus Gold sind und die Tore aus Perlen und wo Gott mir die Tränen höchst persönlich von meinen Augen wischt und und und. „Ja, Herr, ich will!!!“
Ich bin motiviert!

WIE KANN ICH MICH UND ANDERE MOTIVIEREN?

Ein Gegner der Motivation ist die Angst. Wenn es uns gelingt, dem anderen seine Angst vor Misserfolg zu nehmen, dann tragen wir vieles dazu bei, ihn zu ermutigen und damit auch zu motivieren. Die Frage ist also, wie kann ich eine angstfreie Umgebung schaffen, als Mutter und Hausfrau, als Mitarbeiterin und Mitarbeiter, als Chefin und Chef, egal wo, eben in meiner kleineren oder größeren Umgebung, für mich und für andere? Angstfrei heißt nicht, alles ist erlaubt, heißt auch nicht Laisser-faire, heißt aber angenommen, geachtet, wertgeschätzt sein.

Ein ermutigter Motivierter...

- ... denkt positiv, in Chancen und nicht in Kritik
- ... denkt in Herausforderungen und nicht in Problemen
- ... ist lösungsorientiert, nicht problemorientiert
- ... trennt sich von inneren Feindbildern und sucht die Kooperation
- ... fängt an, nicht mehr die Kritik zu sehen, sondern den Vorschlag

Diese Haltung können wir einüben. Wir können sie uns bewusst machen und trainieren und sie wird Ausstrahlung haben, so dass andere Menschen es merken und gerne in unserer Nähe sind.

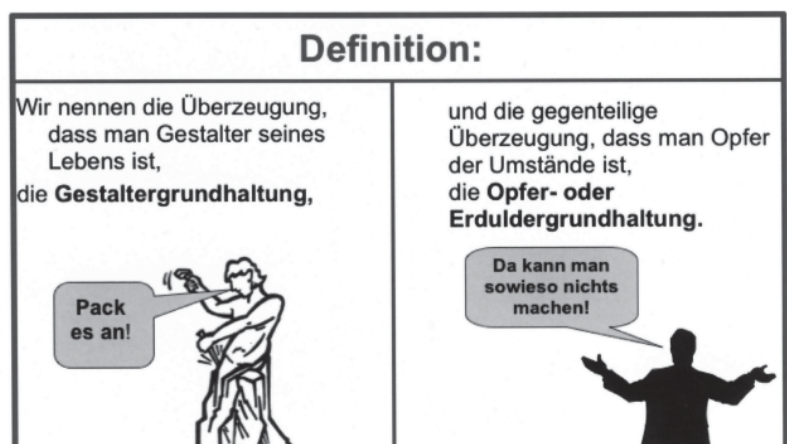
Ich traue dem anderen etwas zu, nehme ihn ernst, unterstütze ihn und gebe auch seinen Stärken Raum. Wir brauchen viel mehr ermutigte Menschen in unserer Gesellschaft, die wiederum zu Förderern für andere werden.

In einem Beitrag des „Institutes für wissenschaftliche Lehrmethoden - J. U. Martens“ wird es wie folgt dargestellt:

Der ermutigte, motivierte Mensch zeichnet sich eben auch aus durch die „Gestaltergrundhaltung“, während der unmotivierte Mensch eher geneigt ist zu sagen: „Da kann man sowieso nichts machen.“

Bin ich selbst Gestalter, dann werden auch andere in mir den Gestalter sehen, und ich werde wiederum dazu beitragen, dass andere auch Gestalter werden.

Reinhold Ruthe sagte einmal: „*Der entmutigte Mensch wird entmutigt denken, Entmutigung erfahren und wieder entmutigen!*“ Eine sehr tragische Aussage, und ich möchte sie einmal im Kehrwert formulieren: „*Der ermutigte Mensch wird ermutigt denken, Ermutigung erfahren und wieder ermutigen!*“ Und das ist es, was Gott möchte. Viele Aussagen der Heiligen Schrift wollen ermutigen. Da wäre nur mal als Beispiel: „**Freuet euch alle Wege und abermals sage ich euch: freuet euch!**“ Dies wird sogar mit der Wichtigkeit einer Wiederholung formuliert. Da gäbe es noch sehr viele Aussagen zu zitieren. Fakt ist, Gott möchte in seiner Liebe und Gnade gerne ermutigte Menschen sehen. Wenn nicht die Kinder Gottes, wer denn dann?! Das hat Ausstrahlung und Anziehungskraft. Wie gerne ist man in der Gegenwart solcher Menschen, die Ermutigung ausstrahlen und andere ermutigen! Dazu ist es dringend notwendig, selbst ermutigt zu sein. Diese Ermutigung bringt Motivation und da steckt Leben drin, Hoffnung, Perspektive.



Menschen, die den anderen Weg gehen, nämlich den Weg der Entmutigung, gehen in die Opfer- bzw. Erduldergrundhaltung und auch dies werden sie ausstrahlen. Dieser Weg ist oft sehr schwer und leidvoll und doch wird er nicht selten gegangen. Manchmal endet er in Resignation und Selbstaufgabe, eine schlimme Geschichte.

Lasst uns doch anfangen, den Weg der Ermutigung zu gehen, ihn zu suchen, ihn zu trainieren. Ich möchte an dieser Stelle noch einmal auf den interessanten Zusammenhang kommen von DENKEN und SEIN.

Ganz praktisch: Wenn wir heute anfangen, das ermutigte Denken zu üben, werden wir erfahren, dass sich in unserem gesamten Sein etwas verändert.

Hören wir in Zukunft mehr auf die Stimmen der Ermutigung als auf die Stimmen der Entmutigung.

Vor längerer Zeit sah ich eine Präsentation mit dem Titel „Die Allegorie der Frösche“. Um was ging es da? Frösche planten einen Wettkampf. Sie wollten herausfinden, wer am schnellsten auf einem hohen Turm sein kann, also ein Rennen. Alle kamen zusammen und das Rennen begann. Wie strengten sich die Frösche an, den Turm zu ersteigen. Es war sehr schwer und bald hörte man von Seiten der Zuschauer immer lautere Rufe: „Das schaffen die nie. Das ist gar nicht möglich, die werden das nie hinkriegen usw.!“ Immer mehr Frösche verließ der Mut und sie kehrten um. Nur einer stieg weiter und weiter. Er erklomm den Turm mit einer unglaublichen Beharrlichkeit. Höher und höher stieg er, und am Ende kam er oben an und hatte es geschafft. Warum??? Sie werden es sicherlich schon ahnen, dieser eine Frosch war taub!

Ist es nicht besser, wir sind taub für die Entmutigungen unserer Zeit und gehen weiter und weiter ...

Vorsicht, motivierte Menschen sind ansteckend, es könnte Bewegung in Ihr Leben kommen. Aber wer dies möchte, der lasse sich anstecken. Für den ist dann das Wasserglas nicht mehr halb leer, sondern in Zukunft halb voll.

Um noch einmal auf Elia zu kommen: Als er in seiner Höhle saß und frustriert dem Herrn klagte, da kam kein Wort des Tadels aus dem Munde Gottes, keine Zurechtweisung, kein Hinweis auf die großen Taten, die Gott unterstützte. Es kam nur ein Satz: „Was tust du da, Elia?“

Gott fragt final und er fragt ohne jegliche Anklage „Was tust du da“ und nun konnte Elia selbst nachdenken. Gott ist nicht im Feuer, nicht im Sturm, nicht im Erdbeben, er ist im leisen Sausen. Aber rauskommen musste Elia schon selbst. Gott nimmt uns nicht die Mündigkeit, die Entscheidungsfreiheit. Aufstehen und rausgehen, das ist unsere Sache. Draußen wartet seine Liebe auf uns und noch was: Draußen wartet ein neuer Sinn für unser Leben, nämlich ein neuer Auftrag: „Gehe hin...“. Das ermutigt, das motiviert.

Komm auch du aus deiner Höhle. Die Liebe Gottes will dich empfangen!



> Ulrich Spandau

Ulrich Spandau, leitet die Akademie „Coaching Individual“. Neben vielen Angeboten, die man sich im Internet unter www.aci-akademie.org gerne ansehen kann bietet er 2014 zum dritten Mal in Zusammenarbeit mit dem Wörnersberger Anker die Ausbildung zum „Christlichen Coach“ an.

- Buchempfehlungen - Buchempfehlungen - Buchempfehlungen -



fish -
Ein ungewöhnliches
Motivationsbuch
 Wirtschaftsverlag Carl
 Ueberreuter
 ISBN 3-7064-0756-6

Den Pike Place Fish Market in Seattle gibt es wirklich. Eigentlich ist die Arbeit auf solch einem Fischmarkt nicht vergnügungssteuerpflichtig, aber dort vielleicht schon. Ende der 90er Jahre hatten zwei Dokumentarfilmer gerade ein Projekt abgeschlossen und fragten im Hotel nach lohnenden Ausflugszielen. Der Portier sagte: „den Fischmarkt“. Sie lachten und sagten: „Jetzt mal ehrlich.“ Der Portier wiederholte: „den Fischmarkt“. Also gingen sie hin und erlebten Arbeiter, die ganz bei der Sache waren und ihre Arbeit gerne machten. Jetzt waren sie neugierig geworden und haben versucht zu verstehen, was die Arbeiter dort motiviert. Sie entdeckten vier Grundprinzipien, die dann in dem Buch fish in eine nette Geschichte verpackt wurden.

Wähle deine Einstellung

Wir können uns häufig nicht aussuchen, welche Arbeit wir haben, welche Kollegen, ..., aber es ist allein unsere Entscheidung, wie wir die Arbeit angehen. Arbeiten, die ich mit innerem Widerwillen angehe, werden dadurch nicht leichter, nicht schöner - und schneller bin ich auch nicht. Es ist unsere Entscheidung zu sagen: „Ja, ich will diese Aufgabe heute gerne machen.“ Wo es mir gelingt, auch ungeliebte Aufgaben gerne zu machen, kosten sie weniger Kraft, gehen leichter von der Hand und ich gehe anschließend fröhlicher weiter.

Für mich ist dieser Punkt der Schlüssel zu Motivation überhaupt, weil ich nie auf Dauer von außen motiviert werden kann. Meine Einstellung zu meiner Arbeit, zu einzelnen Aufgaben und auch zu Menschen entscheidet über meine Motivation. Und das gilt gerade bei ungeliebten Aufgaben oder Menschen, die mir schwer fallen.

Sei präsent

Die Verkäufer in Seattle versuchen, sich ganz auf den einen Kunden oder die eine Aufgabe zu konzentrieren, die jetzt gerade dran ist. Menschen gegenüber ist es eine große Wertschätzung, wenn sie erleben, dass ich nicht noch

nebenbei mit anderen Aufgaben oder Gedanken beschäftigt bin, sondern in diesem Moment ganz bei ihnen. Für mich selber ist es ein Tipp im Sinne von „Simplify your life“ - immer nur eine Sache zu einer Zeit. Auch ein Weg zu mehr Lebensqualität.

Bereite anderen Freude

Suche nach Möglichkeiten anderen eine Freude zu machen. Wer einmal bewusst durch den Tag geht mit der Frage: „Wie kann ich anderen heute eine Freude machen?“ wird sicherlich viele Möglichkeiten finden und vermutlich entdecken, dass es sogar Spaß macht.

Alle drei Anregungen sind eigentlich einfach. Die Herausforderung bleibt die Umsetzung.

Helge Keil



Steh auf!
Bekenntnisse eines
Optimisten
 Econ-Verlag
 ISBN 978-3-430-20041-7

Urlaub in Mexiko - beim zweiten Sprung vom vom Felsen ins Wasser schlägt der Sportstudent Boris Grundl unkontrolliert auf dem Wasser auf und geht unter. Nur durch das schnelle Eingreifen seines Freundes überlebt er -querschnittsgelähmt.

In seinem Buch „Steh auf“ schreibt er, 18 Jahre nach seinem Unfall, seine Lebensgeschichte. Ein packendes und berührendes, aber auch ein absolut herausforderndes Buch.

Mit Kapiteln wie: „Konzentriere dich auf das, was da ist.“ - „Kennst du das? Oder kannst du das?“ - „Schlechte

- Buchempfehlungen - Buchempfehlungen - Buchempfehlungen -

Bedingungen - und was ist deine Ausrede?" - „Werde deiner Größe bewusst - und bewege dadurch andere.“ - „Glücklich bin ich sowieso - meine Frage ist: Was kann ich geben?“ ...

erzählt er seine Entwicklung und fordert gleichzeitig den Leser heraus.

Mich hat das Buch inspiriert und auch betroffen gemacht. Es hat mich dazu gebracht, vieles bei mir zu hinterfragen. Und als ein besonders lesenswertes Buch habe ich es meinen Neffen und Nichte zu Weihnachten geschenkt. Etliches habe ich angestrichen, damit es nicht untergeht. Doch dann habe ich andere Bücher gelesen und muss mich, während ich das schreibe, erneut seiner Frage stellen, die er im Kapitel

Kennst du das? - Oder kannst du das? anspricht.

Wie viel habe ich gehört, gelesen - bin in manchem eine Kennerin geworden. Doch die wichtige Frage ist: Kann ich das auch? Denn mein Kennen bringt mich nicht weiter im Leben. Bedeutsam ist letztlich nur, was ich kann und ganz konkret für andere einbringe. Also - was war der eine wichtige Punkt für mich im Buch - und den dann im Alltag üben, üben, üben.

Die Zielstrebigkeit des Autors fordert mich heraus und stellt mich vor die Frage: Was will ich - und was tue ich dafür. Um ans Ziel zu gelangen muss ich „aufstehen“ und losgehen.

Gerne zitiere ich hier noch das Schlusswort von B. Grundl (Steh auf! S.227):

„Lieber Leser, entscheidend ist nicht, was dir im Leben passiert oder zustößt, entscheidend ist nicht, wo du herkommst, was du mitbekommen hast oder wie deine Lebensumstände aussehen. Entscheidend ist nur, was du daraus machst.

Steh auf!... und werde der Beste, der du sein kannst!“

Heute leitet B. Grundl die „Grundl-Akademie“ und gehört als Führungsexperte zur Trainerelite. Mehr zu ihm und seiner Arbeit unter www.grundl-akademie.de

Bettina Schaal

Weitere Exemplare dieses Ankertextes können Sie gerne bei uns anfordern. Zur Deckung der Druckkosten und des Portos bitten wir um ein Opfer. Auch eine Reihe anderer Ankertexte können noch bestellt werden.
Alle Rechte beim Autor. Nachdruck nur mit Genehmigung des Wörnersberger Ankers.

WÖRNERBERGER ANKER e.V.

Christliches Lebens- und Schulungszentrum, Hauptstr. 32, 72299 Wörnersberg (Kreis FDS),
Tel.: 07453/9495-0, Fax: 07453/9495-15, E-Mail: info@ankernetz.de, Internet: www.ankernetz.de,
Bankverbindung: Voba Nordschwarzwald, Ktnr.: 61 932 000, BLZ 642 618 53