

Vorwort

Seien wir doch mal ehrlich: Was schleppen wir alles mit uns herum? Was hält uns alles davon ab, uns kreativ zu entfalten, positiv durchs Leben zu gehen und wirklich tolle Dinge zu realisieren? Wenn wir nur nicht diesen ganzen Ballast von Problemen mit und herumschleppen würden! „Stay away from problems“ ist nicht nur eine tolle asiatische Lebensweisheit. Dieses sich von Problemen fernhalten könnte uns Europäern, die wir sowieso schon viele Dinge zu verbissen sehen, ein neues Lebensgefühl vermitteln.

Beobachten wir doch nur einmal aufmerksam unsere Umgebung. Dann stoßen wir gleich auf eine ganze Menge an überflüssigem Gepäck. Der Opa zum Beispiel, der mich heute Morgen mit hochrotem Kopf vor der Arztpraxis zurechtwies: „So geht´s aber nicht! Schön hinten in der Reihe anstellen!“ Der Mann tat mir spontan leid. Mir schoss sofort folgendes durch den Kopf: „Muss er immer den Hilfssheriff spielen und total rechthaberisch durchs Leben gehen? Hat man ihm vielleicht in seiner Kindheit etwas vorenthalten? Wer im Alter keine Gelassenheit geschafft hat, wird´s wohl nie packen. Der ist dazu verurteilt, immer unzufrieden und angespannt durchs Leben zu gehen.“

Aber solche Leute können auch ihre Umgebung mit runterziehen. Wenn Sie ständig einen solchen Nörgler in Ihrer Nähe haben, werden Sie irgendwann selbst mies drauf sein. „Stay away from problems“ – trennen Sie sich von solchen Menschen, rigoros. Es geht hier doch schließlich um Ihr Wohlbefinden. Oder wollen Sie etwa andere bestimmen lassen, wie Sie sich zu fühlen haben? Wir könnten und

müssten uns im Leben eigentlich von so vielen Dingen trennen. Oft ist es unser „Anstand“, es jemandem nicht offen ins Gesicht zu sagen. Oft ist es aber auch unsere Bequemlichkeit. Wir scheuen Konflikte, weil wir uns diesen nicht gewachsen fühlen und meinen, eine Niederlage einzustecken. Dispute sind uns unangenehm. Wir leben lieber in Harmonie, die die Konflikte links liegen lässt und Probleme nicht löst. Wir verdrängen, obwohl wir uns dabei nicht gerade gut fühlen.

Aber lieber die Faust in der Tasche als sich der knallharten Auseinandersetzung stellen. So sieht es doch bei den meisten aus. Und es geht ihnen schlecht dabei. Aber lieber leiden sie, als Probleme zu lösen und sich von Dingen, Personen, Situationen zu trennen.

Sollte es Ihnen auch so ergehen, dann gratuliere ich Ihnen heute. Denn mit dem Kauf dieses eBook haben Sie den ersten Schritt gemacht, diese unerträgliche Situation zu ändern!