

ANDREA WEIDLICH

DER GEILE SCHEISS VOM GLÜCKLICHSEIN

Mein Buch. Mein Leben.

© des Titels »Der geile Scheiss vom Glücklichsein – Mein Buch. Mein Leben.« (978-3-7474-0191-0)
2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

DIESES BUCH GEHÖRT


SOLLTEST DU DIESES BUCH FINDEN:

- Google mich und gib es zurück*
- Verbrenn es
(ohne etwas, dich selbst oder andere abzufackeln)
- Lass dich inspirieren
- Hör auf zu lesen und kauf deinen eigenen geilen Scheiß


- Will ich eines loswerden, und das ist:

Mein Lebensmotto. Ein kluger Spruch. Etwas, das ich immer schon mal sagen wollte, nur hat mich bisher noch nie jemand danach gefragt.

*Solltest du Anna Huber oder Peter Meier heißen, kann es sinnvoll sein, hier einen weiteren Hinweis zu hinterlassen wie den Namen deines Instagram-Accounts oder deine E-Mail-Adresse. Es sei denn, du willst gar nicht gefunden werden, dann kannst du etwas anführen, das alle ganz heimlich in die Irre führt, wie etwa den zweiten Vornamen deines Lieblingsstofftiers im Kindergarten. Wer dich dann findet, hat es aber auch wirklich verdient.



Es ist Zeit.
Zeit für den geilen Scheiß
und dass du dir endlich
gestattest, glücklich zu sein.



Worum geht es in diesem Buch?

© des Titels »Der geile Scheiss vom Glückhohsein – Mein Buch. Mein Leben.« (978-3-7474-0191-0)
2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

Um dich.

Geil.

DEIN LEBEN.

In dieser Glücksgeschichte geht es nur um dich. Das hört sich vielleicht erst mal egoistisch an. Es handelt sich dabei aber um einen Glücksgriff (ja, das bist du!), weil du anfängst, dein Glück selbst in die Hand zu nehmen, und erkennst, dass alles, wofür du dich entscheidest, in deiner Verantwortung liegt.

Das bedeutet natürlich auch, dass, wenn du dir bisher gehörig im Weg gestanden bist (und sei dir gewiss, damit bist du in guter Gesellschaft), es auch in deiner Verantwortung liegt. Die gute Nachricht daran ist: Es heißt auch, dass du es ändern kannst. Du kannst also diesen beharrlichen Fuß aus der Tür nehmen, mit dem du den ganzen Glücksverkehr blockierst, weil du bisher vielleicht tief drinnen dachtest, es stünde dir gar nicht zu. Aber das tut es. Du hast das größte Glück verdient, und es liegt nur eine Entscheidung von dir entfernt.

*Fang an, daran zu glauben,
dass nichts zu gut für dich ist.*

1.

DER BEGINN DEINER GLÜCKSGESCHICHTE

Gratulation, du hast dich mit diesem Buch für dein Glück entschieden. Oder du bist ganz wild und verschenkst eines und machst damit gleich zwei Menschen glücklich. Geiler Scheiß.

Dieses Buch soll dich und mit dir auch andere glücklich machen. Wenn es das (noch) nicht tut, wirf bitte weder dich noch dein Buch aus dem Fenster. Schlechte Tage gehören dazu. Sie sind sogar Teil des Glücks. Im Laufe des Lesens kann es sein, dass sich etwas in dir verändert, und das soll es auch. Vielleicht greifst du dir vor Verwunderung an den Kopf, wie sehr sich manche Dinge in deinem Leben bisher wiederholt haben und warum du dir selbst so sehr im Weg gestanden bist. Du kannst die Hand dann wieder getrost runternehmen, gemütlich in den Schoß legen und ganz beruhigt sein. Du bist nicht alleine damit, es geht ganz vielen so. Es liegt quasi in der Natur des Menschen, sich selbst im Weg zu stehen. Aber jetzt, wo du das weißt, kannst du es ändern. Du kannst einen Schritt zur Seite machen und alles aus einem neuen Blickwinkel betrachten. Deinem Glückswinkel. Von da aus werden die Dinge anders aussehen, und du kannst dein Leben neu gestalten.

Bevor wir dazu kommen, möchte ich mich für eure zahlreichen Nachrichten zu *Der geile Scheiß vom Glücklichsein** bedanken, in denen ihr

* Wie man das Glück nicht sucht und trotzdem findet

1. DER BEGINN DEINER GLÜCKSGESCHICHTE

geschrieben habt, wie sehr es euch berührt und was es in euch verändert hat. Als ich das Buch geschrieben habe, war es mein größter Wunsch, dass es euch inspiriert und ihr euer Glück damit findet. Durch euch ist dieser Wunsch in Erfüllung gegangen. Solltet ihr es also bereits gelesen, verschenkt oder eine dieser vielen schönen Nachrichten geschrieben haben, möchte ich von Herzen Danke sagen.

Solltest du nicht wissen, wovon ich hier schreibe, weil du den anderen geilen Scheiß vom Glücklichsein gar nicht gelesen hast, dann macht das nichts. Du kannst auch hier starten und dein Glück in die Hand nehmen. Das Buch, das du gerade in deinen Händen hältst, ist die Weiterführung zu deinem ganz eigenen Glücksweg. Es ist *dein* Buch, dein eigenes Werk. Alles, was du bist und sein kannst. Die Anregungen, Gedanken und Übungen sollen dich dabei unterstützen, dein Glück Seite für Seite zu entblättern und zu deinem Kern vorzudringen. Da, wo du erkennst, dass dir alles zu steht. Das schönste Leben. Die wunderbarste Interpretation von dir selbst. Dieses Buch soll dich auf deinem Weg begleiten, dir immer wieder Mut und Kraft geben, ganz du selbst zu sein und den Glauben an dich und dein Glück zurückzuerobern.

Da hier deine ganz persönliche Version vom Glücklichsein entsteht, kann es passieren, dass dich ein paar Erkenntnisse und Emotionen gehörig durchrütteln oder zu Tränen rühren. Das ist eine gute Sache, denn es zeigt, dass sich etwas in dir bewegt und du mit dem Leben in den nächsten Gang schaltest, die Glücksfahrt aufnimmst und das Potenzial in dir entdeckst, das du vielleicht schon vor langer Zeit begraben hast. Lass es uns gemeinsam wieder ausgraben, hervorholen und etwas Schönes daraus bauen: deine eigene Glücksburg. Es wird keine Sandburg sein, weil die bei der nächsten Flut oder einem aufziehenden Sturm wieder weggeschwemmt und in der Erde versinken würde. Damit hast du vermutlich bereits Erfahrung. Wir Menschen sind gut darin, Glückspläne zu schmieden, sie dann aber wieder im Nichts zu versenken. Planen wir also stabiler.

1. DER BEGINN DEINER GLÜCKSGESCHICHTE

Du wirst deine Glücksborg aus deinen schönsten Träumen und innersten Wünschen bauen und damit einen ganz neuen Blick auf dich, die Welt und all ihre Möglichkeiten öffnen. Du wirst dir weniger Sorgen machen, ob du richtig bist, sondern mehr Gedanken darüber, was richtig *für dich* ist. Du wirst aufhören, dich kleinzumachen, deine Grenzen fallen lassen, dich mehr trauen und zu dem Menschen werden, als der du gedacht bist und der du immer schon sein wolltest.

Du kannst jeden Tag
neu beginnen.
Fang heute damit an.

2.

WIE IST DAS WETTER IN DIR?



- heftiger Niederschlag, mittleres Stimmungstief, Tränenschauer möglich



- Gewitterfront, zeitweise stürmisch, düster, schlechte Sicht



- heiter bis wolkig, Gemütshoch mit leichter Zweifelbildung



- sonniges Hoch, dauerhaftes inneres Strahlen mit glowiger Anziehungskraft

Falls du dir denkst: Ach, bei mir ist alles klar! In mir ist es wolkenlos mit sonnigem Glow, da läuft's einfach – aber ganz ohne Niederschläge und auch stürmische Gewitter sind keine zu erwarten, – meine innere Wetterlage ist top! Dann gratuliere ich dir aus vollstem Herzen. Das hört sich nach richtig geilem Scheiß an! Solltest du dich ausnahmslos jeden Tag im sonnigen Hochdruckgebiet befinden (auch Antizyklone genannt), in dem sich kein Wölkchen am Himmel zeigt, dann bist du entweder ein beinahe übernatürliches Wesen mit ausgeprägtem Glückspilzcharakter oder du machst

2. WIE IST DAS WETTER IN DIR?

dir etwas vor und redest dir die Dinge wolkenlos schön, weil du Angst hast, ein paar stürmische Gewitterfronten in dir zu entdecken. Lies in beiden Fällen sicherheitshalber weiter, damit du dich nicht eventuell zu Ersteren zählst, aber in Wahrheit doch Letzteres zutrifft. Sollte es aber doch stimmen und du bist dieses durchwegs heitere Wesen, dann hast du wahrscheinlich schon den geilen Scheiß vom Glücklichsein gelesen oder machst intuitiv das Richtige, konzentrierst dich auf den Sonnenschein in dir und nimmst somit gar keine Wolken um dich wahr. In diesem Fall lies erst recht weiter, denn *zu glücklich* gibt es bekanntlich nicht. Das hat schließlich noch nie jemand von sich behauptet.

Ich will ganz ehrlich sein: Höchstwahrscheinlich wird es nicht immer windstill sein in dir. Es wird sie geben, die kleinen und großen Wellen oder die Stürme, die sich anfühlen wie ein innerer Orkan, bei denen das Herz in Trümmern liegt. Das Leben kann stürmisch sein, und das ist okay, wenn wir lernen, uns nicht dauerhaft umwerfen zu lassen. Es ist in Ordnung, umzufallen, solange wir wieder aufstehen. Denn auch wenn wir so tun, als wären da gar keine – das Leben hält immer wieder ein paar dunkle Wolken mit leichten oder auch kräftigen Schauern für uns bereit, die sich aber wieder auflösen, wenn wir lernen, mit ihnen umzugehen. Und was den Sturm anbelangt – vielleicht wechseln wir einfach die Richtung, und schon haben wir Rückenwind.

Nicht jeder Sturm
macht alles kaputt.

*Manchmal zieht er auf,
um Klarheit zu schaffen.*

Bist du bereit für
den Beginn deiner
Glücksgeschichte?

2. WIE IST DAS WETTER IN DIR?

Das war eine rhetorische Frage. Natürlich bist du das. Sonst hättest du dieses Buch nicht gekauft oder es hätte dir nicht jemand geschenkt, der ganz genau weiß, dass es Zeit ist, dir das Glück zu gestatten.

Falls du trotzdem denkst, noch nicht bereit zu sein, dann kannst du gerne noch ein Glas Wasser trinken, etwas Gesundes snacken oder eine dynamische Runde zum Klo und wieder zurück drehen.

Wenn du dann noch immer nicht bereit bist, dann willst du dich nur ablenken und stehst dir somit gehörig selbst im Weg. Aber hey, gratuliere, denn, wenn du zurück zum Buchtitel blätterst, dann bist du hier goldrichtig und kannst deinem inneren Saboteur endlich mal so richtig die Meinung sagen und diese ungesunde Beziehung mit ihm ein für alle Mal beenden. Du wirst ihm dann nicht mal böse sein, sondern ihm friedvoll aus der Ferne winken und leise Adieu zurufen. Aber selbst das wird er nicht mehr hören, weil er viel zu weit weg ist, um dich noch länger zu belästigen.

Also keine Ausreden. Los geht's!

GUTE NACHRICHTEN

Hier sind ein paar wirklich gute Nachrichten: Du musst für dein Glück keinen teuren Flug buchen (und sparst dadurch CO₂). Du musst dich auch nicht beeilen, verbiegen und an keinen anderen Ort verreisen. Du musst das Glück nicht mal suchen. Denn das Geheimnis ist: Es ist längst da. Da, wo du es am allerwenigsten vermutest. Es ist genau hier. Bei dir. Das Glück ist da, wo du bist. Alles, was du tun musst, ist, es zu entblättern. Seite für Seite. Hier und in dir. Genau darum geht es. Das hier ist *dein* Buch und *dein* Leben. Es ist Zeit, dein Glück in die Hand zu nehmen.

Und wie soll das gehen?

Finden wir es gemeinsam heraus.

Ein Neubeginn
ist kein neuer Ort.
Es ist ein neuer Gedanke,
eine neue Einstellung.
Ein neuer Horizont in dir.
