

FLAVIO
SIMONETTI

ALL

IN

ENTSCHEIDE DICH
FÜR DEIN
BESTES LEBEN

SCM

Hänsler

SCM

Stiftung Christliche Medien

SCM Hänssler ist ein Imprint der SCM Verlagsgruppe,
die zur Stiftung Christliche Medien gehört, einer gemeinnützigen
Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung
christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.

© 2019 SCM Hänssler in der SCM Verlagsgruppe GmbH
Max-Eyth-Str. 41, 71088 Holzgerlingen
Internet: www.scm-haenssler.de; E-Mail: info@scm-haenssler.de

Soweit nicht anders angegeben, sind die Bibelverse folgender Ausgabe
entnommen:

Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006
SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH, Witten/Holzgerlingen.

Weiter wurde verwendet:

Hoffnung für alle ® Copyright © 1983, 1996, 2002, 2015 by Biblica, Inc.®.
Verwendet mit freundlicher Genehmigung des Herausgebers
Fontis - Brunnen Basel. (HFA)

Gesamtgestaltung und Illustrationen: Erik Pabst, www.erikpabst.de
Titel- und Autorenbild: Johannes Siedler, Würzburg
Lektorat: Annalena Pabst

Soweit nicht anders angegeben, sind die Fotos im Innenteil von
Johannes Siedler.

Weitere Fotos: Karl Kratz S. 234/35; Oliver Mack S. 87, 153;
www.unsplash.com: S. 27, 52, 55, 60, 121, 163, 165, 167

Druck und Bindung: Finidr s.r.o.

Gedruckt in Tschechien

ISBN 978-3-7751-5948-7

Bestell-Nr. 395.948

**DIESES BUCH SCHREIBE ICH FÜR EUCH –
MEINE BEIDEN SÖHNE.**

Ich wünsche mir, dass ihr auf dieser Erde tiefe Spuren hinterlassen
und einen positiven Einfluss auf andere Menschen nehmt.
Vergesst nie euer wahres Fundament und seid geduldig in eurer
Bestimmung.

In Liebe, euer Vater

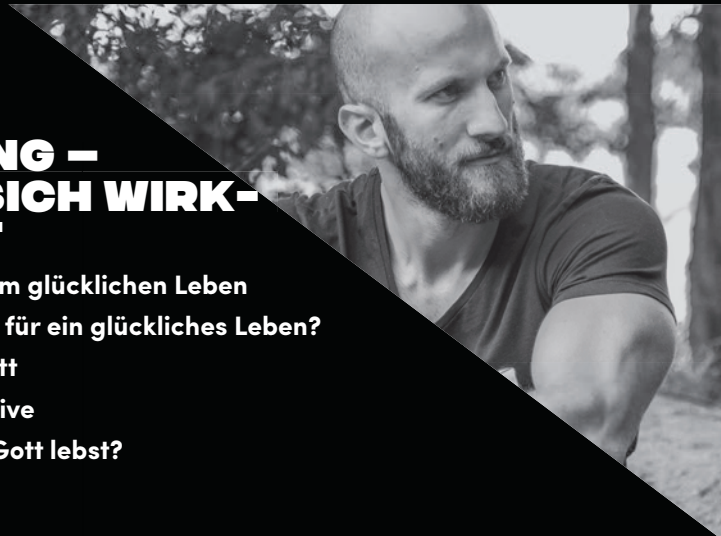
INHALT

10 Bevor du All In gehst

TEIL 1

15 **DEIN SETTING –
WOFÜR ES SICH WIRK-
LICH LOHNT**

- 16 Auf der Suche nach einem glücklichen Leben
- 23 Wer sind deine Vorbilder für ein glückliches Leben?
- 29 Enttarne deinen Ego-Gott
- 44 God first – eine Alternative
- 56 Was wäre, wenn du mit Gott lebst?



TEIL 2

- 71 **DEINE WELT, DEINE BÜHNE**
- 72 Etwas Bedeutendes
- 81 Der große Angsthase
- 92 Erfolgreich durchstarten ohne Kompromisse
- 108 Der lügende Löwe
- 116 Schluss mit halben Sachen!



Be Original

TEIL 3

123

DU BIST DU UND PUNKT!

124

Eine Frage der Blickrichtung

131

Sei ein Original, Kopien gibt es schon genug

149

Sei eine Naturgewalt – du hast es in dir!

TEIL 4

157

FINDE DEINE PASSION

158

Wofür brennst du?

166

Das Passion House

186

Reife braucht Zeit



TEIL 5

201

PUMPEN BIS ANS LIMIT

202

Grenzerfahrungen

211

Unbekannte Kräfte mobilisieren

224

Alles auf Sieg!

234

Lebe dein Leben!

244

Literaturempfehlungen

246

Anmerkungen

BEVOR DU ALL IN GEHST

Ich war schon immer ein hungriger Bursche. Nicht auf das Essen bezogen, sondern eher darauf, etwas im Leben zu erreichen. Ich wollte was bewegen, verändern, voranbringen. Mit 17 Jahren zog ich von daheim aus. Ich wollte einfach mein eigenes Ding machen. Ein Leben führen, für das mich andere maßlos beneiden würden.

Es ist
ein Mythos zu
glauben,
aus eigener
Kraft
könne man alles
erreichen!

Ich konnte absolut nichts mit Büchern anfangen. Doch als ich ein Buch fand, das erklärte, wie man reich und erfolgreich werden konnte, war ich angefixt. Schnell wurde mir klar, dass wirtschaftlicher Erfolg auch mit dem eigenen Charakter zu tun hat. Mein Ziel war gesetzt: Ich wollte erfolgreich werden und gutes Geld verdienen. Also bemühte ich mich in den vergangenen 15 Jahren mit Vollgas, persönlich und charakterlich zu wachsen.

In der Zwischenzeit habe ich sehr viel mehr Bücher gelesen, Erfolgsseminare und Fortbildungen besucht. Viele dieser Bücher und Seminare nahm ich für bare Münze, hinterfragte wenig. Viel hörte sich für mich einfach logisch an und war auf alle Fälle nachvollziehbar. Ich lernte, wie wichtig die eigenen Gedanken sind und versuchte, sie mit Autosuggestion und Hypnoserialen bewusst zu lenken.

Ich schrieb Dutzende Tagebücher voll, stellte mir Ziele und Motivationszitate zusammen. Dadurch hoffte ich, meine schlechten Gewohnheiten in gute zu verwandeln. Ich identifizierte meine negativen Glaubenssätze und versuchte sie durch positive zu ersetzen. Ich wollte ein erfolgreiches Leben führen.

Mein Fazit? Die meisten dieser Erfolgsbücher halfen mir letztendlich trotz vieler Aha-Erlebnisse nicht weiter. Sie zeigten mir einen Weg, der bereits von Anfang an zum Scheitern verurteilt war. Und zwar behaupteten sie, dass man aus eigener Kraft alles erreichen könne. Dass man nur stark genug an sich

glauben müsse. Dass man selbst der limitierende Faktor sei, der aber jede Mauer durchbrechen könne – mit ganz simplen Methoden.

Aber ich gab wirklich alles. Ich las mehrere Bücher parallel und investierte meine gesamten Ersparnisse in die Seminare erfolgreicher Motivations sprecher. Aber egal, wie sehr ich mich bemühte, ich kam meinem Ziel keinen Schritt näher. Ich wunderte mich all die Jahre, warum ich im Leben nicht weiterkam. Ich strengte mich wirklich an, probierte mein Bestes, aber der Erfolg blieb trotzdem aus. Vorerst. Einige anstrengende Jahre lang.

Und dann traf ich eine Entscheidung, die einen Richtungswechsel einläutete. Und mich schließlich doch noch zum Erfolg führte, aber ganz anders, als ich es zuerst versucht hatte.

DEIN LEBEN, DEINE ZIELE, DEIN WILLE

Dieses Buch ist kein schnelles Erfolgsrezept, wie du reich und bekannt wirst, mit einem top Body. Es zeigt dir keine Schritt-für-Schritt-Methode, wie du in kurzer Zeit zum Glück deines Lebens kommst und in ewiger Zufriedenheit einem Lebenstraum nachgehen kannst, der dich am Beach einer exotischen Insel ohne Geldsorgen abhängen lässt.

In diesem Buch geht es um mehr: deinen Auftrag, deine Passion und deine Bestimmung. Ich biete dir Möglichkeiten an, die ich selbst ausprobiert habe, um meine Lebensvision zu entwickeln, die mich meinen Auftrag finden ließ. Und ich will dich inspirieren, mit mir einen Weg einzuschlagen, der bei mir funktioniert hat.

Das Leben ist bei jedem anders: unterschiedliches Umfeld, unterschiedliche Eltern, Ausbildungen und Träume. Was ich mir für dich wünsche, ist einfach nur, dass du die eine oder andere Sache herausziehen kannst, die dir hilft, dem näher zu kommen, wofür du wirklich brennst. Ich habe wirklich viel ausprobiert und dadurch auch leider Jahre an Zeit verschwendet. Nicht jeder muss das Rad neu erfinden. Ich hoffe, dass du mit diesem Buch manche Fehler vermeiden kannst und direkter an dein Ziel kommst.

Das Leben ist sehr komplex und eine 100-prozentige Garantie gibt es nie. Aber: Es ist möglich, dass du deine eigenen Erwartungen übertriffst und dein

wirklich bestes Leben leben kannst. Ich wünsche mir, dass du Erfüllung und inneren Frieden findest, während du das machst, wofür du brennst.

Ich weiß, das ist ein großes Versprechen. Das Einzige, das du benötigst, ist der Wille, dein Leben, wie du es bisher gelebt hast, radikal zu überdenken.

Bist du bereit, die vielleicht spannendste Reise in deinem Leben zu beginnen? Bist du bereit, alles dafür zu geben?

Dann schalte jetzt dein Handy auf Flugmodus und lass uns starten.



Hast du den Willen,
dein Leben

RA DIK AL

zu
überdenken?



TEIL 1

DEIN SETTING – WOFÜR ES SICH WIRTLICH LOHNT

ENTSCHEIDE DICH, ALLE WEICHEN AUF SIEG
ZU STELLEN, BEVOR DU ALL IN GEHST.
WELCHER PERSPEKTIVE FÜR DEIN LEBEN GLAUBST DU,
AUF WELCHE STIMMEN WILLST DU HÖREN?
WERDE DEINE ANGST LOS UND SETZE DEINEN ZIELPUNKT.

AUF DER SUCHE NACH EINEM GLÜCKLICHEN LEBEN

Das ist unsere Welt: Wir wollen unser eigenes Ding machen und dabei alle Freiheiten genießen. Gott spielt da keine große Rolle. Klar, die meisten glauben an etwas Höheres. Aber sich auf etwas Konkretes festlegen, das ist altmodisch. Das passt nicht zu unserer modernen Welt. Wir schmunzeln, wenn uns jemand von einer persönlichen Begegnung mit Gott berichtet. Oftmals klingt es esoterisch, hyper-religiös, fremd oder einfach nur völlig daneben.

Aber Menschen glauben immer an irgendetwas. Wir glauben heute vor allem an die Kraft unserer Hände. Unser Credo klingt ungefähr so:

Wir können alles erreichen, wenn wir nur wollen.
Nichts ist unmöglich.
Immer einmal mehr aufstehen, als man hinfällt.
Dann wird das schon klappen.

Du kennst diese Sprüche. Keine Frage, wir haben es in Deutschland in den vergangenen Jahrzehnten mit diesem »Do It Yourself«-Credo und viel Fleiß zu großen Erfolgen gebracht. Weltweit wird unsere außergewöhnlich gute Arbeit sehr hoch angesehen. Ob Made in Germany in der Automobilbranche, Wissenschaft, Medizin, Literatur oder Architektur – wir bringen Spitzenleistung auf den Markt. Und das ist auch gut so!

Uns hier in Mitteleuropa geht es im Vergleich zum Rest der Welt mehr als gut. Doch tief in uns drinnen spüren wir häufig eine tiefe undefinierbare Leere. Es wirkt fast so, als hätte unser persönlicher Glückseimer ein Loch. Egal

wie sehr wir uns anstrengen und wie viel wir oben reinwerfen: es bleibt kaum etwas hängen.

Die Welt hat sofort eine Lösungsstrategie parat: »Beschäftige dich mit dir selbst. Hole dir einen Lebenscoach! Er wird dein Problem, den Fehler im System, finden und schon bist du wieder rundum glücklich.« Glück gilt als das Ergebnis deiner inneren Einstellung. Ich glaube nicht daran. Ich glaube, Glück ist das Ergebnis einer bestimmten Haltung, die wir vorher eingenommen haben. Jemand, der tief glücklich ist, hat vorher bewusste Entscheidungen getroffen: woran er sich orientiert, wer seine Priorität ist und was sein Fundament ist.

WAS MACHT DICH GLÜCKLICH?

Hör mal in dich rein. Was macht dich glücklich? Damit meine ich nicht das, was dich kurzfristig glücklich macht, sondern das, was dich *wirklich* langfristig glücklich und zufrieden macht.

Hast du schon einmal darüber nachgedacht, dass glücklich sein immer mit dem Gefühl der Dankbarkeit einhergeht? Du kannst nicht glücklich und gleichzeitig undankbar sein. Das geht schlichtweg nicht. Bist du unzufrieden, dann bist du wahrscheinlich nicht dankbar.

Glück = Dankbarkeit und Dankbarkeit = Glück.

Als typisch deutsch gilt: Perfektion und effektive Lösungen, kein langes, nicht zielführendes Reden, sondern möglichst exzellente Resultate. Liegt es deswegen an unserer Mentalität, immer das Haar in der Suppe zu suchen? Unglücklich scheinen wir Deutschen zumindest laut des *World Happiness Report 2018*¹ aber nicht zu sein. Der 15. Platz von 155 beteiligten Ländern ist gar nicht mal schlecht. Tatsächlich liegen wir sogar vor Italien, Spanien, Chile, Brasilien und sehr vielen anderen südlichen Ländern.

Ob man so einem Bericht trauen kann? Ich persönlich habe zumindest den Eindruck, dass Italiener (Platz 47) glücklicher sind. Jedenfalls scheinen sie rein äußerlich so. Sie lachen mehr, tanzen länger und singen lauter. Jedes Jahr verbringe ich den Sommer in Bella Italia. Und ich habe selbst italienisches

Blut, mein Papa kommt von dort. Ich weiß also, wovon ich spreche. Die Italiener nehmen das Leben nicht so ernst, reden sich die Probleme vom Leib und genießen das leckere Essen im Hotel Mama. Was mir persönlich am besten gefällt, ist die Erfindung der Piazzas. Eine Piazza ist ein großer beleuchteter Platz im Herzen eines jeden Dorfes.

Stell dir einen lauwarmen Sommerabend vor. Der Duft von frisch gebackener Pizza zieht über den Marktplatz. Bunte Blumen wachsen an jeder Ecke und ranken sich an den Balkonen der alten Häuschen hoch. Frisch gewaschene Wäsche weht auf den Wäscheleinen im sanften Wind. Die Cafés auf der Piazza sind voll mit Menschen aller Altersgruppen. Heißer Espresso oder Café del Nonno werden serviert. Dazu gefüllte Croissants und Gelato in allen Sorten. Lautes Lachen und Stimmengewirr erfüllt die Luft. Und während die Abendsonne langsam untergeht und alles in ein warmes Licht taucht, steht für mich eines fest: Hier bin ich glücklich, zutiefst dankbar und zufrieden.

Und während ich so dasitze, frage ich mich: Kann man diese tiefe Dankbarkeit als Haltung und das Glücklichein generell eigentlich lernen?



WIE EIN SINN DEINE ZUFRIEDENHEIT STEIGERN KANN

Gibt es vielleicht eine Schritt-für-Schritt-Anleitung zu mehr Zufriedenheit im Leben? Zumindest scheint es so, wenn man einen Blick auf all die Bücher, Seminare und Gurus wirft, die genau das versprechen. Ich habe immer wieder nach einer solchen Formel gesucht. Und dabei manche interessante Dinge gefunden. Jeder definiert Glück zwar anders. Trotzdem besagen verschiedene Studien, dass wir unser individuelles Wohlbefinden, also das grundlegende Glücksgefühl, steigern können. Beispielsweise hatte die *Lepper-Untersuchung*² bei älteren Amerikanern aufgezeigt, dass ein Mensch am ehesten glücklich ist, wenn er einen Sinn im Leben hat.

Klingt eigentlich logisch: Wer Sinn im Leben hat, sieht die Dinge aus einer anderen Perspektive und kann sich so in Krisenzeiten immer wieder daran orientieren.

Für den einen kann es ein sozialer Zweck sein, z.B. Menschen in Not zu helfen. Ein anderer sieht den Sinn des Lebens darin, möglichst viel aus seinem Leben herauszuholen, indem er sich verwöhnt. Kann man so einfach glücklich sein? Ist es das Wichtigste im Leben, den Sinn zu finden?

Die *Myers-und-Diener-Untersuchung* hat aufgezeigt, dass der Glaube in die eigene Fähigkeit die Lebenszufriedenheit um 30 Prozent erhöht!³ Das finde ich persönlich einen sehr wichtigen Punkt: Wie oft rede ich meine eigenen Leistungen klein. Wie oft schaue ich eher auf die guten Fähigkeiten der anderen, statt mich auf *meine* Stärken zu konzentrieren. Ich weiß aus eigener Erfahrung, dass der Glaube in unsere eigenen Fähigkeiten die persönliche Zufriedenheit steigern kann.

Bei anderen Studien fand man heraus, dass Menschen, die anderen helfen konnten, ein 10-15 Prozent besseres Bild von sich selbst hatten als Menschen, die dazu wenig bis keine Gelegenheiten im Alltag hatten. Wer kennt es nicht? Ein Freund ruft an und fragt, ob man beim Umzug helfen kann. Man hat

Nicht nur
Egotrips
zählen.
Anderen zu
helfen
hebt dein
Zufriedenheits-
level.



zwar keine Lust, hilft aber dann trotzdem mit. Voller Tatendrang schleppt man Kühlschrank, Waschmaschine und unzählige Kartons in den fünften Stock. Man schwitzt, es strengt an und nach ein paar Stunden ist man dezent genervt. Und doch ist man am Ende des Tages irgendwie zufrieden, weil man anderen helfen konnte.

Der Autor Dale Carnegie fand schon vor vielen Jahrzehnten in seinem Buch *Sorge dich nicht – Lebe!* heraus, dass man aus einer Depression am einfachsten herauskommt, wenn man nicht täglich um seine eigenen Probleme kreist, sondern sich vielmehr um andere Menschen kümmert.

Ich glaube wirklich, dass solche einfachen Leitregeln dabei helfen können, das eigene Wohlbefinden zu steigern. Aber können sie dir helfen, wirklich dauerhaft glücklich zu werden? Oder ist es in der Praxis nur eine Abarbeitung von To-do-Listen in der Hoffnung, dass das irgendwie hilft? Die logische Folge wäre dann: Je mehr ich solche Studien in die Praxis umsetze, umso glücklicher bin ich. Im Umkehrschluss würde das heißen, dass Menschen, die an solche Informationen nicht rankämen, tendenziell unglücklicher sind. Stimmt das?

5 TO-DOS BEVOR DU STIRBST ...

Ich liebe es, mit alten, weisen Menschen zu reden. Sie haben so viele spannende Geschichten zu erzählen und so viel erlebt. Deswegen interessierte mich das Buch *Die fünf Geheimnisse, die Sie entdecken sollten, bevor Sie sterben* von John Izzo. Er fragt ältere Menschen zwischen 60 und 106 Jahren nach ihren wichtigsten Lebensweisheiten. Die Quintessenz der geballten Lebensweisheit:

- 1. Bleib dir treu!**
- 2. Lebe so, dass du später nichts bereust!**
- 3. Lass die Liebe in dir lebendig werden!**
- 4. Lebe im Augenblick!**
- 5. Gebe mehr als du nehmen kannst!**