

# Mit Tatkraft, Willensstärke und Zielstrebigkeit

Wenn wir nicht von Zeit zu Zeit stehen bleiben und innehalten, rast das Leben an uns vorbei. Diese Erkenntnis steht im Mittelpunkt meiner Vorträge und Bücher. Und: Natürlich gilt dies auch für meinen ganz persönlichen Umgang mit der Zeit. „Entschleunigung“ heißt das Zauberwort im Kampf gegen die Uhr, die den rasanten Takt unseres Lebens bestimmt. Langsamkeit, Trödeln und Müßiggang halten die Hektik der Welt von uns fern. All das bringt Balance in unsere zeitverplanten Tage und gibt uns so jede Menge neue Energie und Muße für Kreativität.

Vielleicht gehören Sie ja auch wie ich zu den Menschen, die mit Freude in der Lektüre eines Buches versinken können? Bücher werden so zu Inseln der inneren Ruhe. Die Zeit scheint einfach stillzustehen. Die Probleme des Alltags sind vergessen.

„DANKE ... und werde glücklich!“ ist ein Buch für solche ganz besonderen Momente. Deshalb habe ich mich gefreut, gerade für dieses Buch das Vorwort zu schreiben. Gerd Kulhavy von Speakers Excellence, den ich seit vielen Jahren kenne und schätze, und Christoph Winkler ist es auf unterhaltsame Art gelungen, unzählige Ideen und Anregungen für ein erfülltes Leben zusammenzutragen. So ist ein vergnüglicher Lesespaß mit vielen farbenfrohen Cartoons entstanden. Eine inspirierende Entdeckungsreise, wie man die großen und kleinen Klippen des Lebens gelassen meistern kann.



Ein Geleitwort von  
Prof. Dr. Lothar  
Seiwert

Das ideale Geschenkbuch, um jemandem, der Ihnen wichtig ist, auf besondere Weise „Danke!“ zu sagen. Natürlich können Sie sich mit diesem Buch auch selbst eine Freude machen und sich eine kleine Auszeit vom Alltag schenken.

Gönnen Sie sich und Ihren Lieben dieses Lesevergnügen. Begeben Sie sich mit den Autoren auf eine beschauliche Entdeckungsreise. Erfahren Sie Ihre ganz persönlichen Momente der Entschleunigung.

*Herzliche Grüße*

*Seiwert*

*Prof. Dr. Lothar*

Bestsellerautor

[www.seiwert.de](http://www.seiwert.de)

*„Die Erde ist eine Schule und das tägliche  
Leben unser Klassenzimmer.“*

*Dan Millman*

## *Darf ich mich vorstellen, ich bin Delphi*

„Danke ... und werde glücklich – Rezepte für die Seele“ ist Dein persönlicher Wegbegleiter auf Deiner eigenen Entdeckungsreise zu Dir selbst, der Entfaltung der Persönlichkeit, die Du bist und sein wirst. Auf dieser Reise möchten wir Dir gerne einen Wegbegleiter mitgeben – sein Name ist Delphi. Dieser Delphin wird immer wieder auf den Seiten dieses Buches erscheinen, um Dir neue Anregungen zu liefern, wie Du Dein jetziges Leben in der Zukunft noch interessanter gestalten kannst.

Wir stellen ihn an Deine Seite, weil wir Dich mit Delphis Hilfe dabei unterstützen wollen, die Aufgaben Deines Alltags noch mehr anzunehmen und als Lektionen anzusehen, aus denen Du lernen kannst. Delphi steht für die Konzentration auf die guten Aspekte des Lebens, welche mindestens die Hälfte des Lebens ausmachen. Als dieses Symbol soll er Dich dazu antreiben und motivieren, weiterzulernen, zu wachsen, und jeden neuen Tag ein Stückchen weiser und glücklicher Dein Leben zu leben.

Nimm die Herausforderungen des Lebens an und genieße die Momente Deines Lebens. Erfreue Dich an den Kleinigkeiten, die wahres Glück bedeuten. Daran möchte Dich Delphi immer wieder erinnern, damit Du die Momente und Erfahrungen Deines Lebens noch mehr wertzuschätzen weißt, und dankbar für jeden Moment bist.

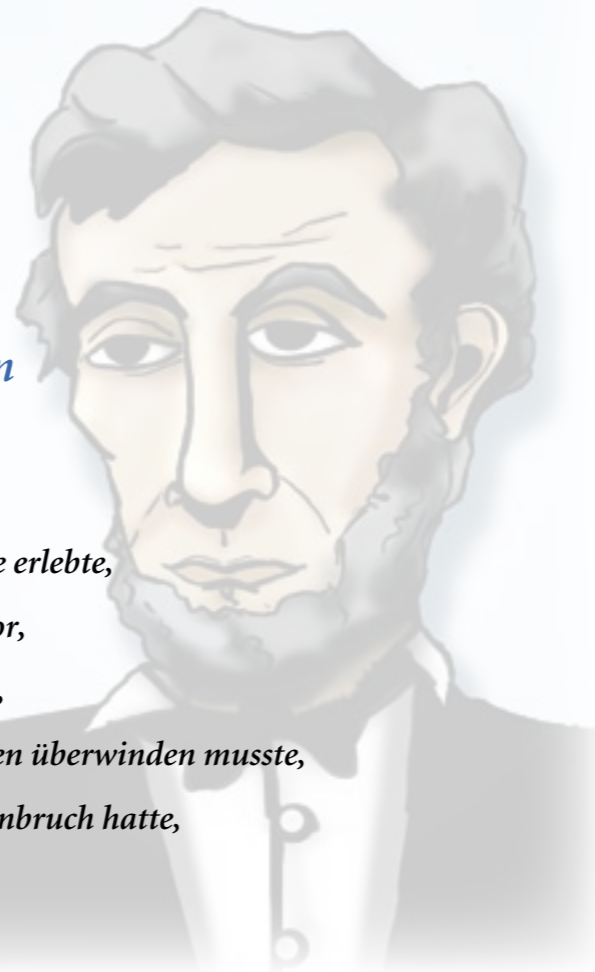


*Viel Spaß auf der gemeinsamen Reise mit Delphi.*

## Wie viel Ausdauer muss ein Mensch besitzen, der ...

- mit 31 eine geschäftliche Pleite erlebte,
- mit 32 einen Wahlkampf verlor,
- mit 34 eine neue Pleite erlebte,
- mit 35 den Tod seiner Geliebten überwinden musste,
- mit 36 einen Nervenzusammenbruch hatte,
- mit 38 eine Wahl verlor,
- mit 43 im Kongress unterlag,
- mit 46 im Kongress unterlag,
- mit 48 im Kongress unterlag,
- mit 55 im Kampf um einen Senatorenplatz unterlag,
- mit 56 sein Ziel, Vizepräsident zu werden, nicht erreichte,
- mit 58 im Kampf um einen Senatorensitz unterlag,
- mit 60 zum Präsidenten der Vereinigten Staaten von Amerika gewählt wurde?

*Der Mann heißt Abraham Lincoln.*



**„Alle berühmten Persönlichkeiten von morgen sind heute noch unbekannt.“**

*Nikolaus B. Enkelmann*

Erfolg ist ein Grundprinzip des Lebens. Du trägst den Schlüssel für Deinen Erfolg ständig bei Dir. Der Schlüssel zu Deinem Erfolg sind Deine Entscheidungen und Deine Gedanken, was Du werden willst und wer Du sein wirst. Durch Deine positiven und konstruktiven Gedanken „erfolgt“ Dein Erfolg in Deinem Leben. Finde zunächst einmal heraus, was Erfolg für Dich bedeutet? Wohlstand? Frieden? Beziehungen? Das musst Du für Dich selbst klären. Und dann entfalte Dein Potenzial und Deine Schaffenskräfte und verwirkliche Deine Ziele und Träume – der Erfolg wird Dir sicher sein.

Normalerweise wird Erfolg primär mit beruflichem Weiterkommen verbunden, doch der wahre Erfolg im Leben hat viel mehr Aspekte: Sich geliebt zu fühlen, intakte Beziehungen zu Dir selbst und zu anderen Menschen, Liebe in einer Partnerschaft, finanzielle Freiheit und Gesundheit. Es geht in Deinem Leben nicht darum, erfolgreicher als andere Personen zu werden, sondern einzig und allein darum, dass Du das Beste aus Deinem Leben machst, was Du mit Deinen Fähigkeiten erreichen kannst. Dies ist so, weil das Gefühl, ob Du Dich bei einem Ergebnis erfolgreich fühlst,

allein von Deinen selbst gesetzten Erwartungen abhängt – z.B. war für manche eine 4 ein Riesenerfolg in der Schule, während die Besten bei einer 2 im Boden versunken sind. Erfolgreiche Menschen wissen, dass sie in der Lage sind, alles zu lernen und alles Notwendige zu tun, um ihren Zielen einen Schritt näher zu kommen. Sie wissen, dass Erfolg zu haben auch bedeutet, diszipliniert und konzentriert, beharrlich und ausdauernd Leistung zu erbringen. Denn der Fleißige und Aufmerksame kann auf glückliche Umstände reagieren, die ihm seinen Zielen näher bringen.

Wenn Du noch erfolgreicher werden willst, dann werde Dir zunächst über Deine eigenen Stärken und Schwächen bewusst.

Nutze nun die nächsten Minuten dazu, eine Bilanz Deiner Fähigkeiten und Talente, Deinen Schwächen gegenüberzustellen, damit Du gezielt Deine Stärken weiter ausbauen kannst, und sie Dich auf dem Weg zu Deinem Erfolg unterstützen können.

**„Erfolg folgt, wenn man bleibt, wer man ist, während man wird, was man sein kann.“**

## Erfolg ist:

- *der feste Wille zum Erfolg.*
- *die Fähigkeit zur absoluten Konzentration.*
- *eine stabile Gesundheit und robuste Konstitution.*
- *der uneingeschränkte Glaube an sich selbst und seine Kräfte.*
- *die Fähigkeit, sich von Niederlagen schnell zu erholen und daraus Kraft zu schöpfen.*

Zufriedenheit zu erreichen ist eine Lebensaufgabe. Sie wird für viele Menschen erschwert durch die Vorgaben, nach denen die Mehrheit der Menschen in einer Gesellschaft leben. Denn wenn viele Menschen nach einer gewissen Art und Weise leben, nimmt man leicht an, dass diese Weise auch am meisten Zufriedenheit mit sich bringt, was unter Umständen von der eigenen persönlichen Form der Zufriedenheit abweichen kann, ohne dass es rechtzeitig bemerkt wird.

Was macht Dich wirklich zufrieden? In welchen Momenten warst Du bisher zufrieden? Beim Gedanken an welche (vergangene oder zukünftige) Situation stellt sich bei Dir Zufriedenheit ein?

Wenn man das Wort aufspaltet, erhält man Zu - frieden - heit. Im Frieden mit sich selbst zu sein, kann Verschiedenes bedeuten: sich selbst für begangene Fehler zu verzeihen,

innere Ruhe und Ausgeglichenheit zu verspüren, zufrieden zu sein mit den eigenen Ansprüchen, die man an sich selbst stellt, sich keine Vorwürfe zu machen oder schlechte Gewissensbisse zu besitzen.

Zufriedenheit findet sich auch häufig im Zusammensein mit anderen Menschen, im Teilen von Erfahrungen und im Erleben von gemeinsamen Ereignissen, die zwei Menschen näher aneinanderschmieden. Frieden, den man mit dem anderen hat, weil man nicht länger eine Maske des eigenen Verstellens tragen muss, hinter der man sein wahres Ich mit seinen Ängsten und Problemen versteckt, sondern stattdessen jemanden findet, dem man vertrauen kann und der einen so annimmt, wie man ist, als Mensch mit seinen Ecken und Kanten. Somit braucht man sich im Zusammensein mit dieser Person keine Vorwürfe zu machen und findet somit zu mehr „Harmonie und inneren Frieden“.

**„Wer bekommt, was er mag, ist erfolgreich.  
Wer mag, was er bekommt, ist glücklich.“**

*Alexander Freiherr von Humboldt*

**„Zufrieden sein ist große Kunst,  
zufrieden scheinen großer Dunst,  
zufrieden werden großes Glück,  
zufrieden bleiben Meisterstück.“**

*Spruch im Berliner Rathaus*





*„Man sieht nur mit dem Herzen gut.  
Das Wesentliche ist  
für das Auge unsichtbar.“*

*Antoine de St. Exupery*

# Biographien



**GERD KULHAVY** studiert und beschäftigt sich seit Jahren mit den Erfolgsrezepten der namhaftesten Trainer und Referenten des internationalen Marktes. Begegnungen und Gespräche mit Kenneth Blanchard, Peter Lowe, Brian Tracy, Prof. Dr. Michio Kaku, Siegfried & Roy, Klaus-J. Fink, Bodo Schäfer, Prof. Dr. Seiwert, Jörg Löhr, Alfred J. Kremer, Christa Kinshofer und Andreas Ackermann, um nur einige zu nennen, haben ihn nachhaltig geprägt.

In seiner langjährigen Tätigkeit als Verkaufsleiter einer namhaften Versicherung, Mitgründer der Firma „Friends & Business“ sowie als ehemaliger Managing Director der Firma INLINE AG sammelte er umfangreiche praktische Erfahrungen in der erfolgreichen Anwendung der Lebens- und Erfolgsgesetze. Als heutiger Geschäftsführer der Referentenagentur „Speakers Excellence“ begleitet Gerd Kulhavy eine ausgewählte Zahl von Top-Referenten aus den Bereichen Marketing, Bildung, Politik und Sport auf ihrem Weg zur „Marke“.



**CHRISTOPH WINKLER** beschäftigt sich seit Jahren mit Fragestellungen der Psychologie, der Lebensführung und aktiver Lebensgestaltung. Nachdem er bereits in jungen Jahren an einem Seminar über den Einfluss der Gedanken bei Andreas Ackermann aus der Schweiz teilnahm, haben ihn die grundlegenden Fragen wie die Suche nach dem Glück und Zufriedenheit nicht mehr losgelassen. Der Autor, der zur Zeit sein Studium der BWL und Wirtschaftspädagogik an der Universität Mannheim abschließt, hat viele der Gedanken, die in diesem Buch eingeflossen sind, auf einer mehrmonatigen Weltreise durch Südamerika, Australien und Asien aufgeschrieben und entwickelt. In dieser Zeit beschäftigte ihn die Frage, welche Gemeinsamkeiten trotz der großen kulturellen Unterschiede zwischen den Menschen aus den verschiedenen Ländern bestehen. Das vorliegende Buch enthält die Antworten, die er auf diese Fragen fand.