

Radomir Gabric

Warum stehst du auf?

**Ratko's Leitfaden zu Liebe, Angst, Erfolg
und dem großen Warum?**

Texte: © 2026 Copyright by Radomir Gabric
Umschlaggestaltung: © 2026 Copyright by RATKO

Verlag:
Radomir Gabric
Oberbach 97
A-6653 Bach
info@ratko.at, www.ratko.at

Herstellung: epubli – ein Service der neopubli GmbH,
Köpenicker Straße 154a, 10997 Berlin

Kontaktadresse nach EU-Produktsicherheitsverordnung:
produktsicherheit@epubli.com

VORWORT

Mein Name ist Radomir Gabric, viele kennen mich als „Ratko“ – Unternehmer, Querdenker und jemand, der nie aufgehört hat, Fragen zu stellen, wo andere längst aufgehört haben zu suchen. Aus meinen eigenen Höhen und Tiefen ist ein großes Interesse entstanden: **Warum sind wir hier? Warum stehen wir morgens auf? Und was macht ein Leben wirklich lebenswert?**

Als Unternehmer habe ich gelernt, dass Erfolg ohne innere Klarheit leer bleibt, und dass Zahlen nichts bedeuten, wenn Herz, Gesundheit und Beziehungen auf der Strecke bleiben. Gleichzeitig habe ich erfahren, wie kraftvoll es ist, Verantwortung zu übernehmen, mutige Entscheidungen zu treffen und die eigene Komfortzone immer wieder bewusst zu verlassen.

Themen, die mich prägen

In meinem Leben – und in diesem Buch – drehen sich viele Fragen um Liebe, Angst, Glück, Erfolg, Zeit, Perspektiven, Besitz, Konsumgewohnheiten, Wünsche, Erwartungen, Anerkennung und schließlich den Tod. Diese großen Themen begegnen uns täglich, in jedem Gespräch, in jeder Entscheidung, in jedem Konflikt.

Anstatt fertige Antworten zu liefern, lade ich dich mit meinen Themen und Fragen ein, dein eigenes Denken zu schärfen und deine ganz persönliche Wahrheit zu entdecken. Du wirst merken: Wenn du dich ehrlich mit dir selbst konfrontierst, brauchst du weniger Motivation von außen – du wirst zur eigenen inneren Antriebskraft.

Du als Coach „im echten Leben“

Der zweite Teil dieses Buches ist mehr als Theorie: Es ist der rote Faden, den ich als Mentaltrainer in mein Coaching nutze. Er richtet sich an alle, die im Alltag in eine Rolle schlüpfen wollen, die viele unterschätzen

– die Rolle des Coaches im eigenen Umfeld.

Vielleicht bist du Vater oder Mutter und möchtest deinen Kindern mehr mitgeben als materielle Sicherheit. Vielleicht bist du Freund oder Freundin, die in schwierigen Zeiten Halt geben will, Kollegin oder Kollege, der merkt, dass hinter der Fassade eines Menschen viel mehr passiert, als er zeigt. Für all diese Situationen zeigt dir dieses Skript, worauf du achten darfst, wenn du einem Menschen wirklich helfen willst: zuhören statt Urteilen, Fragen stellen statt Antworten aufdrücken, begleiten statt ziehen.

Wofür ich stehe

Mich kennzeichnet ein klarer Wert: echte Verantwortung – für mich selbst, für meine Entscheidungen und für die Menschen, die mir vertrauen. Ich gehe offen auf andere zu, spreche Dinge direkt an und scheue mich nicht, auch unbequeme Fragen zu stellen, wenn sie persönlichen Wachstum ermöglichen.

Als „RATKO“ verbinde ich Unternehmertum mit Herz und Motivation Training mit Bodenhaftung. **Dieses Buch ist kein esoterischer Ratgeber, sondern ein Werkzeugkasten: für Menschen, die sich nicht als Opfer der Umstände sehen wollen, sondern als Gestalter ihres Lebens** – und als Begleiter für alle, denen sie auf ihrem Weg Halt geben möchten.

Noch etwas Wichtiges

Einige Themen und vor allem Zitate und Thesen wiederholen sich in diesem Buch, allerdings immer aus einer anderen Perspektive. Das hat einen klaren Grund: **Nur wenn du dieselben Fragen aus verschiedenen Blickwinkeln betrachtest, beginnst du nicht nur dein eigenes Leben, sondern die gesamte Welt um dich herum neu zu sehen und zu verstehen.**

MOTIVATION

Investition in das eigene Selbst

Viele Menschen (mich eingeschlossen) geben regelmäßig Geld für materielle Dinge wie Autos, gutes Essen und schöne Gegenstände aus. Doch die entscheidende Frage lautet: Wann investierst du endlich in dich selbst? Die Vorstellung, immer die richtige Entscheidung zu treffen, wirkt verlockend. Aber wie lässt sich ein hoher Lebensstandard in echte Lebensqualität umwandeln? Oft sind wir selbst die einzigen, die uns wirklich zurückhalten. **Das Leben gleicht einem Spiel – man kann es spielen, aber nie endgültig gewinnen.**

Alles, was wir im Leben tun, machen wir letztlich für uns selbst. Es ist daher wichtig, keine Dankbarkeit von anderen zu erwarten.

Wenn wir jedoch etwas für andere tun und dabei unsere eigenen Bedürfnisse vernachlässigen, kostet uns das enorm viel Energie und Zeit – die wohl wertvollsten Ressourcen, die wir besitzen. Deshalb bleibt uns oft nur wenig übrig für die Dinge, die wir wirklich gerne für uns selbst tun würden. Die Konsequenz daraus ist klar: **Tue nichts ausschließlich für andere, sondern handle stets auch im eigenen Interesse.**

Entscheidend ist die Frage, wie hoch der Preis ist, den wir zahlen müssen, wenn wir Dinge für andere tun. Irgendwann wird dieser Preis zu hoch, und spätestens, wenn gesundheitliche Probleme oder andere Schwierigkeiten auftreten, wird deutlich, dass die Grenze überschritten wurde. Was dabei niemals passieren sollte, ist, die eigene Begeisterung – egal in welche Richtung sie geht – zu bremsen oder gar zu stoppen. **Was Freude macht, sollte in jedem Fall ausgelebt werden (sofern es niemanden anderen schadet).**

Akzeptanz und Gelassenheit im Umgang mit anderen

Akzeptieren Sie Menschen so, wie sie sind. Andernfalls halten Sie ihnen nur einen Spiegel vor und zeigen eigene Schwächen. Wenn Sie sich über etwas aufregen, ist das oft ein Hinweis darauf, dass Sie selbst in diesem Bereich noch nicht gelassen genug sind. Lernen Sie daher, störende Einflüsse mit Gelassenheit zu ignorieren – der Spiegel wird Ihnen dann die Bestätigung dafür liefern.

Problemlösungskompetenz fördern

Es ist wichtig, die Probleme anderer Menschen nicht für sie zu lösen, sondern ihnen zu ermöglichen, ihre eigenen Lösungen zu finden – besonders bei Kindern. **Eltern sollten eher als Buch fungieren, das die Kinder lesen können:** Anfangs sind es Bilder, später große Buchstaben und irgendwann intellektuelle Inhalte. Welche Schlüssel die Kinder daraus ziehen, müssen sie aber immer selbst entscheiden.

Konstruktiver Umgang mit Problemen

Probleme sollten gelöst werden, solange sie klein sind. Ignoriert man sie, wachsen sie oft zu größeren, zum Teil unlösbaren Herausforderungen heran. **Grundsätzlicher Widerstand löst Probleme nicht, sondern verstärkt sie meist nur.** Die Lösung liegt darin, Probleme zu akzeptieren und Toleranz zu entwickeln.

Persönliche und unternehmerische Entwicklung

Für die persönliche Entwicklung gilt dasselbe wie für die Entwicklung eines Unternehmens: **Die Sprache und die Entwicklung beider Bereiche müssen parallel verlaufen.** Nur dann entsteht Freude und eine positive Entwicklung. Gehen diese Bereiche auseinander, ist es nur eine Frage der Zeit, bis Konflikte oder Probleme entstehen.

Arbeiten aus Leidenschaft

In Unternehmen gilt: Wer wirklich unternehmerisch tätig ist, arbeitet nicht im klassischen Sinn, sondern lebt und liebt, was er tut – und empfindet es nicht als Arbeit. Angestellten „arbeiten“. **Entweder ist der persönliche Leidensdruck noch nicht groß genug, oder die Begeisterung für etwas ist nicht stark genug; andernfalls würde man einer anderen Arbeit nachgehen.**

Authentizität und emotionale Verarbeitung

Wir sind nicht auf der Welt, um die Erwartungen anderer zu erfüllen – und ebenso wenig sollten wir andere in Schubladen stecken. Wir sind als Menschen nicht teilbar: Nur wenn wir im privaten Leben authentisch sind, können wir auch im Unternehmen erfolgreich sein. Versuchen wir, diese Bereiche zu trennen, funktioniert es nicht. Bei beruflichen wie privaten Problemen ist es entscheidend, alle damit verbundenen negativen Emotionen vollständig anzunehmen. Anstatt sie zu verdrängen oder zu ignorieren, sollten Sie sich diesen Gefühlen stellen. Nur so ist eine nachhaltige Bewältigung möglich. Sprechen Sie Ihre Ängste offen an und arbeiten Sie aktiv daran, sie zu überwinden – damit erhöhen Sie Ihre Chancen, Probleme tatsächlich zu lösen.

Die fünf Phasen der Problembewältigung

Wenn ein Mensch mit einem Problem konfrontiert wird – sei es eine Trennung, ein Todesfall in der Familie, finanzielle Schwierigkeiten oder ein technischer Ausfall im Unternehmen – durchläuft er typischerweise **fünf Phasen: Schock, Widerstand, Trauer, Akzeptanz und schließlich das Übernehmen von Verantwortung**. Das Leben lehrt uns alles, sofern wir bereit sind, es zuzulassen. Eigene Erfahrungen sind dabei von zentraler Bedeutung, denn sie stehen über angelesenem Wissen aus Büchern oder Beobachtungen. Geduld ist ein Schlüssel: Alles kommt zu einem, wenn man bereit ist zu warten. Während im Osten die Lebensweisheit Geduld betont, lernen wir im Westen eher, aktiv zu handeln, um unser Glück zu erzwingen.

Die Bedeutung des Weges – Der Weg ist das Ziel

Schon als Kinder wurde uns oft erzählt, dass das Ziel das Spektakuläre sei – doch häufig ist der Weg dorthin viel bereichernder. Die kleinen Entdeckungen und Erlebnisse unterwegs, wie das Beobachten von Regenwürmern oder das Staunen über einen Regenbogen, bleiben im Gedächtnis, während das eigentliche Ziel oft enttäuscht. Das zeigt, dass Erlebnis und Ereignis zwei unterschiedliche Dinge sind: **Das Ereignis passiert objektiv, das Erlebnis ist unsere subjektive Wahrnehmung, geprägt von unserer eigenen Sichtweise**.

Streben und Zufriedenheit

Das Leben funktioniert nach dem Prinzip des Gleichgewichts. Wer zu intensiv nach etwas strebt oder etwas unbedingt möchte, verpasst oft das Leben selbst. Häufig kommt das Gewünschte genau dann, wenn man aufhört, aktiv danach zu streben. Ein Beispiel dafür ist der

Wunsch, schwanger zu werden: Oft erfüllt sich dieser erst, wenn man den Druck loslässt. Wir handeln stets nur dann, wenn wir bereit sind, den Preis dafür zu zahlen. Ist der Preis zu hoch, unternehmen wir die Aktion nicht.

Glück und Akzeptanz

Glück bedeutet, das anzunehmen, was ist. Wer glaubt, erst nach Erreichen eines bestimmten Ziels glücklich zu sein, täuscht sich. Nur wenn der Weg zum Ziel Freude bereitet, wird auch das Erreichen des Zieles innere Zufriedenheit bringen.

Eigene Interessen und Gegensätze

Wir handeln immer aus eigenem Interesse und nicht, um die Welt zu verbessern. Beispielsweise nimmt jemand streunende Hunde aus Freude auf, nicht nur aus Hilfsbereitschaft. **Im Leben existiert immer ein Gegenpol – Glück folgt auf Leid und umgekehrt.** Kontraste sind notwendig, um Empfindungen wahrnehmen zu können.

Getriebene und bewusste Menschen

Menschen, die sich hohe Ziele setzen und ständig nach Erfolg streben, sind oft getrieben und nie ganz zufrieden. Im Gegensatz dazu benötigen bewusste Menschen keine äußere Bestätigung, um zufrieden zu sein.

Opfer und Helfer: Eine Dynamik

Die Rollen von Opfer und Helfer sind eng miteinander verbunden. **Das Opfer fühlt sich in seiner Rolle wohl, weil es Vorteile daraus zieht, während der Helfer ebenfalls Vorteile durch seine guten Taten sieht.** Diese gegenseitige Abhängigkeit prägt die Dynamik zwischen beiden.

Hilfe zur Selbsthilfe

In Notsituationen ist es berechtigt, spontan zu helfen. **Wichtig ist jedoch, auch Ratschläge für die Entwicklung von Selbsthilfe zu geben, damit Betroffene zukünftig eigenständig handeln können.** Andernfalls dient die Hilfe oft nur zur Selbstrechtfertigung des Helfers. Eltern, die ihren Kindern sagen „Du wirst uns noch lange brauchen“, drücken damit eher ihr eigenes Bedürfnis aus, gebraucht zu werden.

Die drei Phasen der Reflexion

Bei Problemen und Erfolgen ist es ratsam, **drei Phasen zu durchlaufen: stoppen, Abstand nehmen und beobachten.** Anschließend sollte überprüft werden, ob die eigenen Bewertungen der Situation korrekt sind. Erst dann folgt eine bewusste Wahl, nicht eine Entscheidung unter Druck. Der Ego möchte diese Phasen oft überspringen und sofort reagieren, was den Konflikt verschärft. Auch bei positiven Ereignissen ist eine reflektierte Haltung wichtig: innehalten, die eigene Sichtweise prüfen und dann bewusst wählen.

Bewunderung und Identifikation

Wir bewundern meist Dinge, die wir selbst nicht besitzen. Filme und Bücher faszinieren uns oft, weil sie Welten zeigen, die für uns unerreichbar sind. Jemand wie Reinhold Messner liest keine Bergsteigerbücher, da er diese Welt bereits kennt.

Mission und Lebensaufgaben

Wer beginnt, eine neue Tätigkeit – sei es Joggen, Motivationstraining oder Golf – entdeckt darin oft eine Lebensaufgabe. Diese Missionen geben dem Leben Sinn und motivieren uns, besser zu werden. Talent unterstützt dabei, aber letztlich zählt die kontinuierliche Übung. **Ohne Fleiß bleibt der Erfolg aus.**

Das Gleichgewicht von Gerechtigkeit

Das Leben ist ein ständiges Wechselspiel zwischen Gerechtigkeit und Ungerechtigkeit. Dieser Rhythmus existiert unabhängig von unserem Willen und muss akzeptiert werden. Während große Ungerechtigkeiten wie der Tod von 35.000 hungernden Kindern jährlich kaum Beachtung finden, führen spektakuläre Ereignisse wie ein Mord in der U-Bahn zu großen öffentlichen Reaktionen.

Persönlichkeitstypen und Selbstreflexion

Jeder Mensch besitzt unterschiedliche Anteile der klassischen Temperamente:

- **Choleriker:** Zielorientiert, manchmal aber auch wie ein Elefant im Porzellanladen.

- Optimist: Immer gut gelaunt, jedoch gelegentlich etwas oberflächlich.
- Melancholiker: Tiefsinnig und oft wehmütig.
- Phlegmatiker: Ein Fels in der Brandung, schwer zu bewegen.

Viele Menschen sind eine Mischung aus diesen Typen. Ich selbst würde mich als Sanguiniker beschreiben: optimistisch, kommunikativ und voller Energie, wenn auch manchmal etwas zu locker. Wo siehst du dich?

Zugehörigkeit und Anerkennung

Das stärkste Gefühl im Leben ist das der Zugehörigkeit. Daher stellt sich die Frage: Was hast du bisher getan, um Aufmerksamkeit und Anerkennung zu erhalten, die dieses Gefühl verstärken? Warst du fleißig? Hast du alles richtig gemacht? Oder bist du Risiken eingegangen? Letztlich suchen wir Anerkennung, um Zugehörigkeit schneller oder intensiver zu erleben. Schon Kinder rufen: „Mama, schau mal!“, weil sie gesehen werden wollen. Erwachsene wiederholen dieses Muster oft unbewusst. Manche Menschen betonen ihre Probleme oder Krankheiten, um Aufmerksamkeit und Zuwendung zu erhalten. Die Opferrolle kann zwar dazu führen, im Mittelpunkt zu stehen, bringt aber keine echte Liebe – nur Mitleid. Doch Mitleid gibt keine echte Energie, sondern erschöpft.

Umgang mit Angst

Angst entsteht aus unserem Überlebensinstinkt und zeigt sich in vielfältigen Formen. Sie lässt sich nicht einfach wegdiskutieren – wir müssen uns ihr stellen, um sie zu überwinden. **Da alle Ängste erlernt sind, können wir sie auch wieder verlernen, indem wir uns bewusst mit**

ihnen auseinandersetzen. Nach einem negativen Erlebnis, wie etwa einem Autounfall, wäre es falsch, das Autofahren lange zu meiden. Vielmehr sollte man möglichst bald wieder ins Auto steigen, damit sich die Angst nicht verfestigt. Der einzige Weg aus der Angst führt durch sie hindurch: Wir müssen die Situation neu erleben, um eine neue, positive Erfahrung zu machen.

Wahrheit und Recht haben

Alles, was unser Verstand im Laufe des Lebens aufgenommen hat, halten wir für wahr und verteidigen es. Begegnungen mit anderen Ansichten lösen oft Unsicherheit oder Angst aus, weshalb wir dazu neigen, fremde Meinungen zu verurteilen. Jeder Mensch glaubt, aus seiner Perspektive recht zu haben – und das bedeutet auch, dass alle anderen in ihrer Realität recht haben. Ein typisches Beispiel ist ein deutscher Autofahrer, der auf sein Vorfahrtsrecht besteht, selbst wenn Gefahr droht. Das Festhalten am eigenen „Recht haben“ kann also riskant sein. Die Lösung besteht darin, anderen ihr Recht zu lassen – das fördert nicht nur die eigene Gelassenheit, sondern erhöht auch die Überlebenschancen. Überzeugen oder gar überreden sollte man niemanden: Teile einfach deine Erfahrungen – wer sie annehmen will, wird es tun.

Die Natur und die Bedeutung von Akzeptanz

Die Liebe zur Natur rührt daher, dass sie uns nicht bewertet. **Wie ein Haustier akzeptiert sie uns einfach, so wie wir sind.** Gleichzeitig fühlen wir uns Menschen besonders verbunden, die unsere Meinung teilen – sie bedeuten uns meist mehr als andere.

Umgang mit Neuem

Neues durchläuft meist drei Phasen: Es wird zunächst belächelt, dann bekämpft und schließlich kopiert. Ein gutes Beispiel dafür ist ein Elektroauto.

Partnerschaft

Es ist ein Irrtum zu glauben, Harmonie in einer Partnerschaft bedeute, immer einer Meinung zu sein. Im Leben geht es nie darum, dass alle gleich denken – vielmehr sind wir unterschiedlich, und das bleibt auch so.

Funktionen des Verstandes (EGO)

- **Erfahrungen sammeln:** Das EGO speichert alles, was wir erleben.
- **Überleben sichern:** Es sucht nach Wegen, Gefahren zu vermeiden.
- **Recht haben:** Es verteidigt seine Überzeugungen.

Unsere bisherigen Strategien haben uns durchs Leben gebracht, daher hält der Verstand an seinen Überzeugungen fest. Recht haben ist ein ausgeprägtes menschliches Bedürfnis – Tiere kennen dies nicht. Interessanterweise urteilen wir oft über andere gerade in den Bereichen, die uns an uns selbst stören. Wenn sich jemand im Stau vordrängt und wir uns darüber ärgern, könnte das daran liegen, dass wir es insgeheim genauso machen würden, es aber nicht dürfen.

Ego und die Kunst, wirklich zu leben

Wer bist du wirklich? Viele Menschen definieren sich über ihren Besitz – Autos, Häuser, Kleidung oder Statussymbole. **Doch letztlich bist du nicht das, was du besitzt. Du hast Dinge, aber du bist sie nicht.** Die Dinge sind vergänglich, dein wahres Wesen bleibt davon unberührt.

Gewohnheiten spielen dabei eine große Rolle. Sie sind wie ein unsichtbarer Klebstoff, der uns Sicherheit und Zugehörigkeit gibt. Gerade diese Sicherheit suchen viele, weil sie sich darin geborgen fühlen. Doch sie kann auch dazu führen, dass wir uns selbst und unser Potenzial beschränken.

Außenseiter und Zugehörigkeit

Seit jeher prägt das Bedürfnis nach Zugehörigkeit unser Denken und Handeln. Früher, in Zeiten wo Menschen in Burgen lebten, galt es als gefährlich, nach Einbruch der Dunkelheit draußen zu sein. **Wer nicht rechtzeitig innerhalb der Burgmauern war, wurde zum Außenseiter. Die Gemeinschaft mied Außenseiter, denn sie könnten Erfahrungen gemacht haben, die innerhalb der sicheren Burg undenkbar waren.** Auch heute noch stellt die Gesellschaft die Frage: „Was wäre, wenn alle draußen wären?“ Außenseiter hingegen hinterfragen: „Was, wenn es gar keine Außenseiter gäbe?“ Dieses Spannungsfeld zwischen Zugehörigkeit und Anderssein begleitet uns durch unser ganzes Leben.

Sicherheit oder Leidenschaft

Viele Menschen entscheiden sich für Sicherheit. Ein vernünftiger Mensch existiert, weil er das Vertraute sucht und Risiken meidet. **Wer sich von Leidenschaft leiten lässt, lebt hingegen seine Träume und nimmt Unsicherheiten in Kauf.**

Deshalb sind Kompromisse im Alltag so verbreitet: Wir wählen Mittelwege, fahren Kombis, besuchen den Bergsee statt Gipfel oder Meer, wählen Doppelnamen, um uns nicht festlegen zu müssen. Das Leben scheint oft ein einziger Kompromiss zu sein.

„Die zahmen Vögel singen von der Freiheit, die wilden Vögel fliegen.“ – John Lennon

So stellt sich jedem die Frage: Willst du nur von der Freiheit singen oder sie wirklich erleben?

Veränderung und Angst – Warum viele nur existieren

Jede Veränderung bringt Angst mit sich. Deshalb ziehen viele Menschen das bekannte Unglück dem unbekanntem Glück vor. Fluchten in Alkohol, Drogen, Geld, Fernsehen oder Bücher sind oft Versuche, dem wahren Leben auszuweichen und Abenteuer nur in der Fantasie zu erleben.

Das wahre, leidenschaftliche Leben erfordert Mut – und davor scheuen viele zurück. Wie Albert Einstein sagte:

„Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind.“

Die entscheidende Frage ist daher: Wann bist du bereit, deine Denkweise zu ändern und wirklich zu leben?

Drogen, Angst und gesellschaftliche Kontrolle

In unterschiedlichen Teilen der Welt sind jeweils andere Drogen gesellschaftlich akzeptiert: In Südamerika Koka, in Amerika Tabak, in Asien Opium, in Europa Alkohol. Während andere Drogen verboten sind, werden die erlaubten trotz ihrer Gefährlichkeit aus politischen und wirtschaftlichen Gründen toleriert. **Gemeinsam ist allen: Sie lindern Angst.**

Der Konsum gibt kurzfristigen Mut („Mut antrinken“), doch nach dem Rausch folgt oft das Gefühl, die Kontrolle verloren zu haben.

Angst und Liebe als zentrale Lebenskräfte

Angst und Liebe sind die stärksten Kräfte, die unser Handeln bestimmen. Ein Gleichnis macht deutlich, wie unbewusst wir oft in unseren eigenen Grenzen leben: Zwei junge Fische wissen nicht, was Wasser ist, weil sie nie etwas anderes erlebt haben. Ebenso erkennen viele Menschen ihr unsichtbares Gefängnis nicht.

Liebe ist das Gegenteil von Egoismus: Wer liebt, kann kein Egoist sein. Liebe entsteht unbewusst, man kann sich nicht dazu zwingen. Sie hat nichts mit dem Verstand zu tun, sondern entzieht sich der Kontrolle des Egos.

Die Rollen des Lebens – Spiel und Ernst

Als Kinder spielen wir Rollen und wissen, dass es ein Spiel ist. **Im Erwachsenenalter nimmst du deine Rolle – Beruf/Titel – plötzlich ernst und vergisst manchmal, dass du nicht dein „Beruf“ bist, sondern immer noch du selbst.** Der Unterschied ist, dass wir das Spiel nicht mehr als solches erkennen.

Oft holt uns genau das ein, wovor wir davonlaufen. Erst großer

Leidensdruck oder Begeisterung für Neues führen zu wahrer Veränderung. Oberflächliche Veränderungen sind wie das Polieren einer Raupe – ohne echte Transformation wird sie nie zum Schmetterling. Wahre Entwicklung bedeutet, neue Leidenschaften zu wagen und sich auf Unbekanntes einzulassen – beruflich wie privat.

Sicherheitssuche, Konsum und Reiz-Reaktion

Die Suche nach Sicherheit ist häufig von Angst getrieben und wird von Werbung und Industrie gezielt genutzt. Wir konsumieren, um ein inneres Bedürfnis zu stillen, doch echte Erfüllung finden wir nur in leidenschaftlichem Tun.

Unsere Reaktionen auf äußere Reize sind oft automatisiert – wir reagieren zu schnell gereizt und machen uns angreifbar. Wirkliche Lebendigkeit entsteht nicht aus Bequemlichkeit, sondern aus dem Mut, Neues zu wagen.

Das Leben besteht nicht aus Plänen, sondern aus wahrgenommenen und verpassten Gelegenheiten. Die Angst, etwas zu verpassen, lässt uns ständig aufs Handy schauen und Neues suchen, ohne im Moment zu leben.

Ego und die Brille der Erfahrung

Unsere Wahrnehmung ist immer subjektiv, geprägt von unserem „Ego“, unserer persönlichen Brille. Ein und dieselbe Zitrone kann je nach Brille unterschiedlich erscheinen, doch in Wahrheit bleibt sie gelb. Jeder sieht die Welt aus seiner Perspektive: Amerikaner anders als Europäer, Philosophen anders als Poeten, Kinder anders als Großeltern.

Ob im Wald oder im Alltag – jeder sucht und sieht etwas anderes,

abhängig von seinen Erfahrungen und seinem Ego. **Die Zeit scheint uns linear, doch eigentlich existiert nur der jetzige Moment. Wer in Vergangenheit oder Zukunft lebt, verpasst das Leben im Jetzt.**

Über Zeit, Vergangenheit und Chancen

Pläne spiegeln oft nur Wünsche und Erfahrungen aus der Vergangenheit wider. **Die Zukunft ist ein Konstrukt – niemand hat sie je erlebt, wir leben immer nur im Heute.**

Kinder leben ganz im Hier und Jetzt, ohne sich um die Zukunft zu sorgen. Erwachsene hingegen glauben, später mehr Zeit oder bessere Bedingungen zu haben – doch „später“ kommt nie. Die Vergangenheit sind nur Erinnerungen, die im Jetzt betrachtet werden.

Die entscheidende Frage ist: Wie lange willst du noch an der Vergangenheit festhalten und Pläne für eine Zukunft schmieden, die nie so eintritt? Lebe im Moment und lasse die Last der Vergangenheit los. Nur so kannst du Chancen erkennen und nutzen, wenn sie erscheinen.

Gelegenheiten entstehen nicht in der gewohnten Umgebung, sondern draußen, im Kontakt mit anderen und in neuen Situationen. Die Bereitschaft, Chancen zu erkennen und zu ergreifen, entscheidet darüber, wie erfüllt du lebst.

Die Macht der Wiederholung

Wir lernen am effektivsten durch Wiederholung – unabhängig davon, ob es sich um positive oder negative Inhalte handelt. Werden uns als Kinder von unseren Eltern immer wieder negative Aussagen gemacht, wie etwa, dass wir unfähig sind oder immer die gleichen Fehler machen, prägt sich diese Haltung tief in unser

Nachwort

Ich hoffe, du hast in diesem Buch einen oder anderen Satz gefunden, der dir hilft, dein Leben bewusster, wertvoller und erfüllter zu gestalten – und falls Fragen an mich als Autor offen sind, stehe ich dir jederzeit gerne zur Verfügung.

In diesem Buch möchte ich mich auch bei all den Menschen bedanken, die mich während meiner Ausbildung im Mental- und Motivationsstraining mit meinen Visionen, Sprüchen und vor allem meinen spirituellen Aussagen ertragen haben – oft sicher bis an ihre letzte Nervenngrenze. Allen voran danke ich meiner Familie: meiner lieben Frau Vicky und meinen beiden Kindern, die meine Gedankengänge, Theorien und Lebensweisheiten unzählige Male gehört haben, besonders auf langen Autofahrten, wenn es keinen Fluchtweg gab.

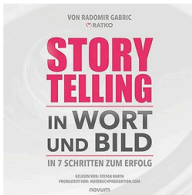
Mit der Zeit haben viele Menschen um mich herum, nicht nur zugehört, sondern begonnen zu glauben, dass diese Ideen ihnen in ihrem eigenen Leben helfen können – und genau deswegen schreibe ich dieses Buch.

Die Grundlage für viele Gedanken und Ansätze in diesem Werk geht auf einen der größten Motivationstrainer unserer Zeit zurück: Dieter Lange, dessen Arbeit und Sicht auf Leben, Erfolg und Bewusstsein mich tief geprägt und inspiriert hat.

„Wenn du etwas Großes in deinem Leben erreichen willst, fang gleich damit an! Nicht weil es irgendwann mal zu spät sein könnte, sondern, damit du genügend Zeit hast den Erfolg zu genießen.“

Radomir Gabric, Bach, März 2015

Falls Ihnen meine Erzählweise zugesagt hat und Sie sich für Storytelling begeistern, lade ich Sie herzlich ein, mein erstes Buch zu entdecken.



Für Vollansicht hier klicken



Storytelling in Wort und Bild: In 7 Schritten zum Erfolg Audible Hörbuch –

Gekürzte Ausgabe

Radomir Gabric (Autor), Stefan Barth (Erzähler), novum Verlag (Verlag)

5,0  (3)

[Alle Formate und Editionen anzeigen](#)

"Wenn du etwas Großes in deinem Leben erreichen willst, fang gleich damit an! Nicht weil es irgendwann zu spät sein könnte, sondern, damit du genügend Zeit hast, den Erfolg zu genießen." Zitat von Ratko - in diesem Buch zeige ich dir, welche einfachen, aber effektiven Schritte du in deinem Marketing setzen kannst, um dein Unternehmen auf die Straße des Erfolgs zu bringen. Auf die richtige Story kommt es an! Erzähle deiner Zielgruppe, was du anbieten kannst, demonstriere ihnen den Nutzen, der für sie entsteht, wenn sie mit dir eine Partnerschaft eingehen. Ich, Radomir Gabric, besser bekannt als "Ratko", biete dir in diesem Buch Planungshilfen und Anleitungen. Und wenn gewünscht, kann ich dich auch bei der Umsetzung unterstützen!

©2024 novum Verlag (P)2024 novum Verlag

Spieldauer



1 Stunde und 25 Minuten

Geschrieben von



Radomir Gabric

Gesprochen von



Stefan Barth

Erscheinungsdatum



22. Januar 2025

Sprache



Deutsch



Online bestellen bei Amazon.de

