



... ich saß heute Vormittag im Büro. Am anderen Ende des Büros steht der Papierkorb... Ich werfe und tatsächlich treffe ich! ☐ Ich fang an zu grinsen und freu mich wie ein Honigkuchenpferd - ich hab gehört die können das besonders gut ☐ Und wie ich so darüber nachdenke wird über die Playlist ein neues richtig gutes Lied abgespielt, was meine Laune nochmal ordentlich nach oben pusht ☐  
 ... jetzt ist es abends, ich sitze am Ammersee und feier mein Leben ☐  
 Zuerst habe ich darüber nachgedacht, dass ich mal alle Dinge aufschreibe, über die ich mich freue in meinem Leben. Dinge, die ich wirklich mag.  
 ABER ohne zu übertreiben würde ich dann sehr wahrscheinlich morgen noch hier sitzen!  
 Vielleicht mach ich das aber wirklich mal...  
 5 Minuten lang so viele Dinge wie möglich aufschreiben, die mich freuen.  
 Oder eine Stunde lang?  
 Oder einen kompletten Tag?  
 Und dann mach ich ein Buch draus! ☐  
 Warum eigentlich nicht...  
 Vielleicht ein Inspirationsbuch für alle, die immer sagen, wie langweilig oder anstrengend das Leben und wie schlecht die Welt ist!  
 Leute, das ist so wichtig, wie man die Welt sieht und was man denkt!  
 Die Welt ist nicht wie sie ist.  
 Also ist sie schon, ABER sie ist für DICH, wie DU sie siehst!  
 Jede Sekunde entscheidest du neu, was du sehen willst!  
 Es ist wie beim Fernsehprogramm.  
 DU kannst entscheiden, was du sehen willst!  
 Und wenn du das nicht kannst, weil da zu viele Leute um dich rum sind, die dir immer wieder die Fernbedienung wegnehmen und dann irgendein Mist anschauen, den du gar nicht mehr sehen willst...  
 Dann hau ab! Geh einfach!  
 Entweder kauf dir dein eigenen Fernseh.  
 Oder umgib dich mit Leuten, die DAS Programm sehen, dass auch DICH weiterbringt!  
 Ganz in diesem Sinne, widme ich mich jetzt auch mal wieder meinem Programm:

- dem Ammersee
- dem Rauschen der Wellen
- der frischen Luft
- dem Zwitschern der Vögel
- dem Sonnenuntergang



- den Möwen, die über den See fliegen
- dem tief Durchatmen
- dem Sitzen auf den Steinen am Ufer
- bzw. jetzt dann dem wieder Aufstehen, zurück zur Arbeit gehen  
und dem guten Gefühl dabei, das durch meinen ganzen Körper fließt ☐

---

**Alle meine Blog-Beiträge: [HIER!](#)**

---