

Glücklicher leben als



Egoist

Glücklicher leben als Egoist

Reproduktionen, Übersetzungen, Weiterverarbeitung oder ähnliche Handlungen zu kommerziellen Zwecken sowie Wiederverkauf oder sonstige Veröffentlichungen sind ohne die schriftliche Zustimmung des Autors nicht gestattet.

Copyright - Steve Grilleks

Die folgenden Informationen sind nicht von einem Arzt, Psychologen, Juristen oder Wissenschaftler verfasst worden. Sie dienen lediglich dem Zwecke der Aufklärung und Bildung. Der Inhalt versteht sich nicht als Ersatz für eine psychologische, ärztliche, rechtliche oder soziale Beratung, Diagnose oder Behandlung. Holen Sie bei allen Fragen immer den Rat Ihres Hausarztes, Psychologen und anderen geschulten medizinischen oder psychologischen Fachpersonals ein.

Missachten Sie niemals professionellen, ärztlichen Rat und verschieben Sie keinen notwendigen Arztbesuch aufgrund von irgendetwas, das Sie gelesen haben.

Als Leserin und Leser dieses eBooks, möchten wir Sie ausdrücklich darauf hinweisen, dass keine Erfolgsgarantie oder Ähnliches gewährleistet werden kann. Auch kann keinerlei Verantwortung für jegliche Art von Folgen, die Ihnen oder anderen Lesern im Zusammenhang mit dem Inhalt dieses Buches entstehen, übernommen werden. Der Leser ist für die aus diesem Buch resultierenden Ideen und Aktionen (Anwendungen) selbst verantwortlich.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	4
Was ist eigentlich Egoismus genau?.....	6
Egoismus – Egozentrik – Narzissmus - Egomanie.....	9
Geben und Nehmen im Einklang.....	10
So ist Egoismus positiv und erstrebenswert.....	11
Warum bekommen Sie nichts geregelt?.....	13
Zwei Charakterklassen.....	14
Schwein sein und egoistisch bleiben.....	16
Lernen von den Chinesen.....	22
Mutter Teresa war gestern.....	23
Übernehmen Sie Verantwortung.....	24
Mehr „ich“ wagen und glücklicher werden.....	25
Laufen auch Sie Ihren Chancen hinterher?.....	27
Schlusswort.....	32

Vorwort

„Bescheidenheit ist eine Zier, doch weiter komm ich ohne ihr“ – sicher ist Ihnen dieser Spruch auch schon mal eingefallen, wenn Sie wieder den Kürzeren gezogen haben. So geht es vielen Menschen im Leben. Sie kommen einfach nicht auf einen grünen Zweig, weil sie mehr an andere denken als an sich selbst. Sie haben das Helfer-Syndrom, spielen überall Mutter Teresa und vernachlässigen dabei sich selbst. Dabei ist es nichts Ehrenrühiges, eigene Ziele zu verfolgen.

Man will aber nicht gleich als Egozentriker verschrien werden und hält sich (zum eigenen Nachteil) vornehm zurück – verkehrt! Denn eine Portion gesunder Egoismus ist wichtig, um selbst voranzukommen. Wer nicht an sich selbst denkt, bringt es auch zu nichts. Dem bleibt ständig nur das Nachsehen – und der Neid auf andere, die sich egoistisch durchsetzen.

Dabei ist gesunder Egoismus nicht mal eine üble Nachrede, sondern durchaus im Sinne der eigenen Persönlichkeit. Wem möchte man schon Ehrgeiz und Fleiß abspenstig machen? Denn bei aller Rücksichtnahme wollen Sie doch weiterkommen – oder? Also müssen Sie sich im Leben durchsetzen und dürfen nicht überall klein begeben und als Weichei durchs Leben geistern.

Sie wollen doch nicht unglücklich leben – oder? Egozentriker dagegen gehen rücksichtslos vor – auch zum Schaden und auf Kosten anderer. Gesunde Egoisten allerdings haben das eigene Fortkommen im Blick und übersehen dabei nicht die Allgemeinheit und den Nächsten. „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst!“ heißt es schon in der Bibel, also kann es nicht schlecht sein. Das ist der feine Unterschied.

Seien Sie sich deshalb nicht zu schade dafür, Ihren gesunden Egoismus endlich einzusetzen und auf die Erfolgsspur zu wechseln. Das sind Sie schließlich Ihrem glücklichen Leben schuldig. Mit diesem eBook haben Sie den ersten guten Schritt getan; es zeigt Ihnen, wie Sie egoistisch im positiven Sinn sein sollten und dürfen. Natürlich ist es kein Garant für Erfolg und Glück. Das müssen Sie schon selbst suchen. Aber hier wird Ihnen geholfen, egoistisch sein zu dürfen und dabei auch noch glücklich zu werden.

Was ist eigentlich Egoismus genau?

„Ego“ stammt aus dem Lateinischen und Griechischen und bedeutet „**Ich**“ – Egoismus ist also die **Ich-Bezogenheit (Eigennützigkeit)** im positiven Sinn, die **Ichsucht** im negativen Sinn dagegen, **Selbstsucht** bis hin zur **Selbstverliebtheit** – im kranhaften Sinn auch **Narzissmus** genannt. Dabei ist **ethisch nichts einzuwenden** gegen Egoisten, wenn man selbst seinen **eigenen Vorteil** sucht, zugleich aber dabei **auch den Vorteil anderer** im Blick behält. Nur den eigenen Nutzen haben dagegen die **Egomane** im Radar. Man spricht dann auch von **Raffgier-Egoisten**, die sich selbst mehr Freiheiten einräumen als sie anderen zugestehen möchten. Man sieht das im Allgemeinen als **unanständig** und **wenig solidarisch** an.

Dagegen spricht man philosophisch gesehen vom **ethischen Egoismus**, wenn er positiv und gesund ist: Alle Menschen handeln de facto egoistisch.

Noch ein erstaunliches **Kriterium**: Man grenzt Egoismus vom Egozentrismus dadurch auch ab, dass Egoismus sich in einer mehr oder weniger **gewollten und bewussten Haltung** vollzieht – Egozentrik dagegen **unbewusst**. Sie spult sich instinktiv ab, ist im Unterbewusstsein so fest verankert, dass sie automatisch ohne Nachdenken funktioniert. **Der positive Egoist denkt sich was dabei.**

Allerdings ist Egoismus auch schwer genau zu definieren, weil er von verschiedenen Menschen unterschiedlich verstanden und definiert sowie angewendet wird. Man muss deshalb nach weiteren Kennzeichen für Egoismus suchen und ihn so näher bestimmen. Dabei findet man dann sogar **vier Formen: Egoismus im engeren und im weiteren Sinn, positiver wie negativer Egoismus.**

Im weitesten Sinn: Grundsätzlich ist erst mal jedes menschliche Verhalten an und für sich als egoistisch einzustufen. Denn alles, was Sie bewusst tun, wägen Sie ja individuell nach dem Eigennutz Ihres Handelns ab. Selbst wenn Sie altruistisch (uneigennützig, selbstlos, rücksichtsvoll anderen gegenüber) handeln sollten, können Sie dies unter dem Egoismus einordnen, denn Sie bewerten subjektiv Ihr Handeln als vorteilhaft.

In engerem Sinn: Wenn Sie bewusst einen Nachteil zu Lasten eines anderen einkalkulieren und nur auf Ihren Vorteil aus sind. Dabei könnten Sie bei alternativem Verhalten das gleiche Ziel erreichen und sogar noch den Kriterien von Gerechtigkeit und Moral genügen. Wenn Sie gar kein Bewusstsein für die tatsächlich entstandenen Nachteile gegenüber jemand anderem durch Ihr eigenes Tun oder Unterlassen verspüren, dann kann auch nicht mehr von Egoismus in engerem Sinne gesprochen werden – dann nämlich haben Sie die Grenze zum Egozentriker schon überschritten.

Positiver Egoismus: Die Auswirkungen eines selbstbezogenen Handelns müssen objektiv gesehen auch einen allgemeinen Nutzen haben und dürfen anderen dabei nicht schaden - auch unter Wettbewerbsgedanken; man verbindet ihn mit der positiven Auswirkung von Egoismus, die Wohlstand und Allgemeinwohl fördern. Dazu passt dann auch der **kooperative Egoismus**, den man insbesondere in den Vereinigten Staaten von Amerika beobachtet: Personen, die sich am meisten für Karriere und Selbstverwirklichung einsetzen, verbringen gleichzeitig einen Großteil ihrer Freizeit für andere.

Negativer Egoismus: Man ordnet hierunter Formen eines selbstbezogenen Denkens und Handelns unter, dessen Folgen nicht

dem Allgemeinwohl dienen und sogar Einzelnen Schaden zufügen. Folgen eines solchen Egoismus können sogar bis hin zu Kriegen und menschlichen Katastrophen gehen; geprägt ist negativer Egoismus von Rücksichtslosigkeit.

Sie erkennen also schon an der Definition den Unterschied zwischen gutem und schlechtem Egoismus. Knapp auf den Punkt gebracht: **Guter Egoismus** hat die **eigenen Interessen** und Ziele im Auge, **ohne anderen dabei zu schaden**, während ein **schlechter Egoismus** quasi „**über Leichen geht**“ und den Schaden für andere billigend in Kauf nimmt, ja sogar sucht.

Egoismus – Egozentrik – Narzissmus - Egomanie

Auch der Egoismus an und für sich ist **unterschiedlich motiviert** und hängt von der **Persönlichkeitsstruktur** eines Menschen ab. Hier ist besonders der **Narzissmus** hervorzuheben. Er ist eine **krankhafte In-sich selbst-Verliebtheit** – zunächst einmal nicht unbedingt zum Schaden anderer. Er kann aber in seiner negativen, extremen Form auch andere schädigen. Der Narzisst ist in seinen Körper verliebt und tut alles dafür, nur sich selbst zu lieben. Er hat Schwierigkeiten, sich auf andere einzulassen. Aber der Narzisst hat noch eine andere – tragische – Eigenschaft: Er kämpft um Liebe und **Anerkennung** durch andere. Sein ganzes Leben wird durch den **Applaus** bestimmt, und dafür tut er alles. Sie sehen also, wozu Egoismus führen kann und warum Nicht-Egoisten kaum etwas geregelt bekommen.

Er ist süchtig nach dem (positiven) Urteil durch andere, er will **gefallen** und wird dabei zur tragischen Figur, weil er es allen recht machen möchte. Er sagt nie Nein und wird oft ausgenutzt. Die Selbstverliebtheit zehrt ihn auf, hat aber selten negativen Einfluss auf seine Mitmenschen. **Egozentrik und Egomanie** ist ebenso **krankhaft**, schädigt dagegen aber auch andere. Eine Manie ist immer eine **Sucht, eine Krankheit**, und wer Suchtmenschen kennt, weiß, dass sie alles daransetzen, diese zu befriedigen. Solche Typen sind so auf sich bezogen, dass sie **rücksichtslos** handeln und sogar gezielt ihre **Mitmenschen schädigen** – zum eigenen Vorteil. Dabei kann man ihnen nicht mal schlechte Absichten unterstellen, denn sie handeln ja **instinktiv**. Die Manie beherrscht ihr Handeln, sie denken gar nicht groß nach.

Geben und Nehmen im Einklang

Wenn Geben und Nehmen nicht mehr im Einklang sind und sich nicht mehr die Waage halten, dann **geht es einem schlecht**. Man fühlt sich **ausgenutzt**, ja missbraucht. Es gibt Menschen, die geben gerne, und es gibt andere, die erkennen das ganz genau und nutzen es aus. Wer nicht nein sagen und Grenzen setzen kann, wird oft ausgenutzt wie eine Weihnachtsgans.

Wenn Sie spüren, dass Sie mehr geben als Sie zurückbekommen, müssen Sie entweder egoistisch Ihren Anteil einfordern oder sich von Schmarotzern trennen. Es gibt ja solche Typen, die nur die Zigarettenmarke „van anderen“ rauchen. „Haste mal ´ne Zigarette?“ – „Ne, hab ich nicht!“ Halten Sie dagegen! Solche Schnorrer wollen kostenlos mitgenommen werden, von fremden Handys aus telefonieren, Geld geliehen bekommen, zum Essen eingeladen oder an der Bar ausgehalten werden und so weiter.

Setzen Sie Ihren Egoismus dagegen und stoppen Sie solche Typen. Bei Ihnen haben sie keine Chance mehr. Sollen sie sich doch andere Opfer suchen. Sie müssen das nur erkennen und nicht aus irgendeinem Helfer-Syndrom heraus weiter mehr geben als Sie nehmen.

So ist Egoismus positiv und erstrebenswert

Man kann Menschen egoistisches Denken und Handeln nicht vorwerfen. Denn wer vorankommen will, wer etwas im Leben erreichen möchte, braucht diesen **Selbsterhaltungswillen**. Denken Sie an sich und Ihr Leben, an Ihre Karriere, Ihren Beruf, Ihre Beziehung, Ihre Finanzen und an Ihre Gesundheit. Wer sich immer nur für andere aufopfert, bringt es selbst zu nichts im eigenen Leben und verausgabt seine eigene Gesundheit.

Man kann sich auf den Standpunkt stellen „Ich will nichts erreichen“ oder „Ich strebe nicht nach Wohlstand und Anerkennung“, gut, das ist auch eine Einstellung. Und dennoch haben Sie eine (egoistische) Verantwortung Ihrem eigenen Leben, Ihrer eigenen Gesundheit gegenüber. Aber so denken die wenigsten. Der Mensch ist von Natur aus auf Erfolg gebürstet, er will gewinnen, besser sein als andere, anerkannt werden; Menschen möchten einen guten Job haben, ihren Traumpartner gewinnen, angenehm leben, etwas Wohlstand erstreben, Urlaub, Haus und Auto erreichen. Glauben Sie, das geht, wenn man immer und überall zurücksteckt und klein beigibt? Wohl eher nicht!

Natürlich darf das nicht mit unlauteren Mitteln geschehen, zum Nachteil von Kollegen und Freunden passieren. Aber nehmen Sie nur den **Sportler**, der Wettkämpfe **gewinnen** will: Wenn der immer seine Konkurrenten vorbeiziehen lässt, wird er nie siegen. Ein Tennisspieler muss im Eins-zu-eins-Kampf **hart sein**, um den Pokal zu ergattern; der darf dann auch seinen Gegner ausknipsen und abschießen. Sie haben doch immer ein schlechtes Gefühl, wenn Sie nur verlieren. Werden Sie endlich glücklich, indem Sie gewinnen. Also, ein wenig Egoist sein gehört zum Naturell und zur **Selbstbehauptung**. Ansonsten hätten Sie doch wenig Selbstvertrauen und

Selbstwertgefühl. Gesunder Egoismus ist dafür die richtige Medizin. Gesenkten Hauptes durch die Landschaft ziehen ist doch bedrückend. Sie wollen doch nicht, dass man Ihnen Misserfolg schon von weitem ansieht.

Warum bekommen Sie nichts geregelt?

Man mag sie **Schlappschwänze** oder **Weicheier** nennen, die nichts geregelt bekommen. Überall ziehen sie den Kürzeren und geben immer klein bei. **Softies** sind lieb und nett, mehr aber auch nicht. Sie gehen jedem Streit aus dem Weg und scheuen die Auseinandersetzung. Es gibt solche Typen, die **nie kämpfen** und sich ständig über den Tisch ziehen und die Butter vom Brot nehmen lassen.

Dann gibt es die Menschen, die **erst gar nicht anfangen**, weil sie sich **nichts zutrauen** – geborene Pessimisten („Das klappt sowieso nicht!“). Es gibt die phlegmatischen Typen, denen es schon schwerfällt aufzustehen.

Es gibt auch diejenigen, die **immer nur nett sein** wollen – die geborenen Diplomaten vielleicht? Das **Leben ist kein Wunschkonzert**. Es rappelt auch mal im Karton. Immer nur nett geht gar nicht. Man muss auch mal harte Kante zeigen und unangenehme Entscheidungen treffen und damit auch anecken – zum eigenen Vorteil, sonst kommt man ja zu nichts. Man nennt das auch „Profil zeigen“; das macht einen (egoistischen) Charakter aus. Und das muss nicht anderen schaden; man nimmt sich halt das Stück vom Kuchen (nicht gleich die ganze Torte!). Aber was einem zusteht, darf man sich auch ruhig erlauben. Der alte Bibelspruch „Schlägt Dir jemand auf die linke Wange, halte ihm auch die rechte hin“ wirkt schon etwas masochistisch und hat im gesunden Egoismus nichts zu suchen.

Zwei Charakterklassen

Grundsätzlich unterscheiden wir hier zwei Klassen:

- Die Phlegmatiker
- Die Versager

Phlegmatiker sind von Natur aus **behäbig**, mit **wenig Tatendrang** ausgestattet. Eine Spur **Pessimismus** kommt hinzu. Sie fangen erst gar nicht an, weil es ja sowieso nicht funktioniert. Dabei **verpassen** Sie so **viele Chancen** für ein besseres Leben, Erfolg und neue Möglichkeiten. Aber was soll man gegen sein eigenes **Naturell** machen?

Wir bekommen quasi mit der Muttermilch diesen Typus von Mensch mit. Die **Erziehung** durch unsere Eltern **prägt uns** – auch als Phlegmatiker. Man sieht sie schon im Kindergarten, die eher ruhigen Kleinen mit behäbigem Tatendrang oder die aktiven, aufgeschlossenen. Introvertiert oder extrovertiert, verschlossen oder aus sich herauskommend. Und dennoch das Gute an der Sache: Wenn man erkennt, dass man ein phlegmatischer Typus ist, kann man dagegen etwas unternehmen, damit man nicht auf Dauer unglücklich bleibt. Unternehmen Sie etwas, machen „Action“, bewegen sich und gehen endlich aus sich heraus – egoistisch.

Versager sind wir nicht von Beginn an, sondern es ist ein schleichender Prozess. Wir haben **Pech im Leben**, fallen auf die Schnauze, stehen nicht wieder auf, machen Fehler – bis wir ganz den Kopf hängen lassen. Versager werden wir durch unsere Lebensumstände, aber auch, weil wir eine **Niederlage nicht als neue Chance begreifen**, sie analysieren und es danach besser noch einmal

probieren. Natürlich sind Nackenschläge nicht gerade ermutigend. Aber gesunder Egoismus, oder sagen wir eine Spur Abgebrühtheit, ein starkes Ego, Coolness, führen uns aus dieser Sackgasse. Kämpfen Sie um Ihr Glück.

Es gibt viele Menschen, die nichts geregelt bekommen. Die Erfolgreichen mit Biss sind die Ausnahme. Dennoch sehen wir sie in zahlreichen Fernsehshows oder Lokalblättchen sowie in der Yellow-Press: die **Superstars**, die **Internet-Legenden**, die mit einem kreativen Video weltberühmt geworden sind. Solche Leute haben **Visionen, Ziele, Träume** – alles, was den Losern abhanden gekommen ist. Und sie haben noch eins: Sie **setzen ihre Ziele egoistisch**, auch gegen die eigene Familie, **durch**. Sie sind so überzeugt, dass sie allein auf sich gestellt den bedingungslosen Erfolg suchen. Ja, sie haben eine Spur Überheblichkeit und Arroganz, die man auch im gesunden Egoismus braucht. Die bekommen im Gegensatz zu ihren Kollegen aus der Abteilung Phlegma & Loser fast alles geregelt.

Schwein sein und egoistisch bleiben

Ja, Sie müssen manchmal auch Schwein sein – oder sagen wir es diplomatischer: Sie dürfen **nicht auf Ihren Vortritt verzichten** – **Schluss mit Zurückhaltung** und Etikette! Seien Sie sich selbst am nächsten. Einfaches und einleuchtendes **Beispiel**: Sie gehen zum **Arzt** und sind so rechtzeitig zum Einchecken da, dass Sie als Erster an der Reihe sind. Nun steht hinter Ihnen eine hübsche Blondine oder gar ein Mütterchen mit Rollator. Wenn Sie denen jetzt den Vortritt lassen, kann Sie das eine halbe Stunde und mehr Wartezeit kosten. Nein, nehmen Sie sich jetzt Ihren Platz und üben sich nicht in Höflichkeit. Es ist Ihre Zeit – möglicherweise Ihre Arbeitszeit, in der Sie 100 oder 200 Euro verdienen könnten. Denken Sie rein kaufmännisch; Sie werfen ja auch sonst nicht Ihr Geld zum Fenster raus.

Genauso ist es an der **Supermarktkasse**. Nun gut, wenn Sie Rentner sind und Zeit haben, dürfen Sie auch mal den Kavalier spielen. Aber seien Sie so richtig die **Frontsau**, wenn es um Ihre eigenen Interessen geht. Der hübschen Blondine werden Sie wahrscheinlich nie mehr wieder begegnen, es sei denn, Sie sind spitz wie Nachbars Lumpi. Dann ran an den Speck. In dem Fall haben Sie aber eine ganz andere Motivation und dürfen auf Ihr angestammtes Erstgeburtsrecht ruhig verzichten. Dann geht's aber nicht um Egoismus, sondern um Partnersuche. In allen anderen Fällen lassen Sie bitte ihre **vornehme Zurückhaltung links liegen**, wie auch in folgenden Beispielen:

- Sie sehen ein besonders **günstiges Angebot**, von dem es nur noch ein Exemplar gibt. Lassen Sie der Dame den Vortritt, verlieren Sie 50, 100 oder gar 1.000 Euro. Wer verliert schon gerne so viel Geld?

- Sie sind im **Bahnhof**, knapp in der Zeit und brauchen noch ein **Ticket**. Wollen Sie den Zug erreichen oder verpassen? Also Schluss mit lustig, ergreifen Sie Ihre Gelegenheit und boxen sich durch.
- Sie stehen im **Louvre vor dem weltberühmten Gemälde** der Mona Lisa. Vor Ihnen zappeln wild gestikulierende Japaner, die Smartphone und Kameras klicken lassen. Nun sind Sie aber an der Reihe und wollen auch mal einen **Blick aus nächster Nähe erhaschen**. Erkämpfen Sie sich Ihren Platz, sonst war Ihre lange Reise doch zwecklos. Ebenso verhält es sich, wenn Sie das knuddelige **Eisbär-Baby im Zoo** aus nächster Nähe sehen wollen. Warum sind Sie denn im Tiergehege?
- Sie lassen im **Büro Ihrem Kollegen** bei der Präsentation den Vortritt, obwohl Sie davon überzeugt sind, dass Sie das gemeinsame Projekt besser vorstellen können. Damit verbauen Sie sich mehr Anerkennung und Weiterkommen im Job – ist doch töricht – oder?
- In der **Beziehung** geben Sie ständig klein bei und **fühlen sich schlecht** damit. Warum setzen Sie sich mit Ihren Wünschen und Vorstellungen nicht durch, etwa bei der Gestaltung der Wohnung, denn auch Sie müssen sich darin wohlfühlen. Viel zu viele Männer überlassen das übrigens ihren Partnerinnen und fühlen sich dann im lindgrünen Esszimmer gar nicht mehr zu Hause, entwickeln gar Aversionen und Aggressionen bei diesem Farbton.
- Sie **erfüllen Ihren Kindern jeden Wunsch**, weil Sie eine gute und anerkannte Mutter sein wollen – falsch, denn der Nachwuchs spielt mit Ihnen und macht, was er will. Ganz schlimm ist es,

wenn beide Elternteile nicht an einem Strang ziehen und unterschiedlich konsequent sind – der Vater etwa, weil er seltener seine Kinder sieht, diesen mehr durchgehen lässt. Dann spielen Kinder ihre Eltern gegeneinander aus. Was Mutti nicht erlaubt, wird Vati schon genehmigen. Bleiben Sie konsequent und egoistisch.

- Im **Flugzeug** haben Sie einen **tollen Sitznachbarn** erwischt, der Ihnen die ganze Armlehne streitig macht. Sprechen Sie ihn nett an „Wollen wir uns nicht die Armlehne teilen?“ oder rufen Sie die Stewardess zur Hilfe. Ähnlich bei unangenehmen Gerüchen: Die Flugbegleiterin hilft Ihnen bestimmt aus ihrer Parfümflasche gegen den übel riechenden Zeitgenossen. Sie müssen nicht immer und überall den Kürzeren ziehen. Setzen Sie Ihre Rechte egoistisch durch. Denn Sie haben auch im Flieger welche.
- Auch beim **Einkauf haben Sie Ansprüche** – zum Beispiel auf **einwandfreie Ware**. Lassen Sie sich nicht mit billigem Ersatz abspeisen. Bei Mangel steht Ihnen Gleichwertiges zu und keine Reparatur. Verkäufer sind da sehr gewieft und drehen Ihnen schnell minderwertige Alternativen an, die Sie ablehnen dürfen. Für Ihr gutes Geld können Sie auch gute Ware verlangen, nur nicht klein begeben, Sie ärgern sich hinterher nur schwarz. Viele wissen gar nicht, dass Sie in der Regel zwei Jahre lang Garantie haben oder sogar ein 14-tägiges Rückgaberecht.
- Gerade beim **Aufbau eines eigenen Business** müssen Sie sehr egoistisch sein, denn sonst klappt´s damit nicht. Schauen Sie Geschäftsleuten mal ganz genau auf die Finger. Die wissen schon, wie sie zu ihrem Geld kommen und knallhart Geschäfte machen. Wenn ein Businessstyp immer vornehm zurückhaltend wäre,

könnte er nicht erfolgreich sein. Nicht umsonst sagt man: Geschäftsleute als Freunde geht gar nicht, denn da kommt immer der knallharte Unternehmer durch, der im Zweifel auf Freundschaft verzichtet, um seinen Vorteil durchzusetzen. Ist auch richtig. Eine Apothekerin, die hervorragend berät und Kunden vom Kauf bestimmter Medikamente sogar abrät, kann kein Geschäft führen, weil sie im Zweifel gegen ihre eigenen Mitarbeiter entscheiden muss und auf Umsatz verzichtet. Ein Apothekeninhaber muss auf Teufel komm raus verkaufen und egoistisch seinen Kunden alles aufschwätzen.

Lassen Sie sich von Mitbewerbern nicht die Butter vom Brot nehmen. Jeder will bestehen und gewinnen, Sie auch. Man kann egoistisch und anständig sein, indem man klar seine Gewinn-Ziele verfolgt, dennoch aber seinen Kunden auch noch einen Mehrwert verschafft (durch Geschenke, kostenlose Produkte, Zusatzinfos, Kurse), also klassisch Win-Win betreibt. So geht ordentlicher Egoismus, das ist anständig. Beide, Käufer wie Verkäufer, haben etwas davon, und beide schlagen egoistisch ein, profitieren also.

- Wer als **Geschäftsmann** seine Ladenhüter nicht als die beste Ware anpreist, bleibt ewig darauf sitzen. Allein schon aus **Existenzgründen** muss er absolut egoistisch handeln. Wer will seinen Laden schon an die Wand fahren? Nicht nur eigenes Geld geht durch den Kamin, sondern auch die Arbeitsplätze geraten in Gefahr. Ein Geschäftsmann muss immer auch – egoistisch – Umsatz zum Erhalt der Arbeitsplätze machen – und davon hängt oft das Wohl und Wehe ganzer Familien ab.
- Lassen Sie sich im **Straßenverkehr** von Rasern **nicht aus der Spur bringen**. Bleiben Sie egoistisch, sonst bringen Sie sich und

andere in Gefahr. Auch wenn Ihnen jemand noch so sehr auf die Pelle rückt, sollten Sie zur eigenen Sicherheit nicht die Spur wechseln, wenn neben Ihnen kein Platz ist. Bleiben Sie cool – und egoistisch.

- Die **Politesse** will Ihnen gerade ein **Knöllchen** verpassen, weil Sie im absoluten Halteverbot stehen. Hier dürfen Sie ausnahmsweise einmal charmant sein und den lieben, netten Kavalier spielen – rein egoistisch natürlich, um das Strafmandat abzuwenden. Das ist nichts als kühle Berechnung, denn wer ist nicht von einem netten Herrn geblendet und geschmeichelt?
- Spielen Sie auf der **Klaviatur von Lob und Anerkennung**: Menschen sind dafür so empfänglich. Sie wecken in ihnen ein gutes Gefühl, denn wer möchte keinen Applaus; das ist Balsam für die Seele (oder das Brot des Künstlers, und Künstler sind wir ja alle, wenn auch nur Lebenskünstler). Sie wollen rein egoistisch Ihre Ziele verfolgen und wecken dabei auch noch bei anderen Stolz und Zufriedenheit. Spielen Sie mehr auf der Gefühlsebene, denn selbst Werbeexperten verkaufen neue Produkte, indem Sie bei potenziellen Kunden Gefühle hervorrufen. Auch mit Egoismus können Sie Gefühle wecken und Ihre Ziele erreichen, dabei glücklicher werden.
- Bleiben Sie Egoist, wenn Ihre **Mitarbeiter nicht spüren**. Lassen Sie sich nicht auf dem Kopf tanzen – „Ist der Chef nicht da, tanzen die Mäuse auf dem Tisch“ – Sie kennen doch dieses Sprichwort. Und so ist es auch genau. Wer im Business nicht hart und konsequent bleibt (wie in der Erziehung), hat niemals Erfolg. Sie müssen egoistisch rein aus Selbsterhaltung für Arbeitsleistung sorgen, denn sonst geht Ihr Geschäft den Bach runter. Das hat

nichts mit Chef-Allüren zu tun. Sie sind schließlich auch für Ihre Mitarbeiter verantwortlich.

- **Klare Ansage:** Wer jemandem den kleinen Finger reicht, darf sich nicht wundern, wenn gleich die ganze Hand weg ist. Egoistisch **Grenzen setzen** heißt hier das Allheilmittel: Bis hierhin und nicht weiter. Wenden Sie Ihren gesunden Egoismus an und verteidigen Sie wie ein Hund Ihr Areal; dulden Sie keine Eindringlinge. Das können so viele Bereiche sein, etwa wenn der Nachbar seine Bäume so stark wuchern lässt, dass Sie ständig das Fallobst wegräumen müssen – oder wenn man Sie wegen Ihres Aussehens (Hautfarbe, Bauchumfang, Brustgröße etc.) diskriminiert – eventuell Ihnen sogar einen Job verweigert; dann kämpfen Sie bitte egoistisch um Ihr Recht und lassen sich nicht benachteiligen. Das steht ihnen nämlich nach dem Gesetz zu.
- **Kämpfen Sie** um gerechte Noten in der Schule, um Ihren Platz in der Gesellschaft, um ein anständiges Arbeitszeugnis, um gerechten Lohn, um einwandfreie Ware, um einen fairen Preis, um Respekt in der Beziehung, um Loyalität am Arbeitsplatz, gegen Verleumdung und üble Nachrede, für Ihren guten Ruf, um Chancengleichheit und um noch so vieles mehr. Spüren Sie, worum es geht? Um fast alle Bereiche Ihres Lebens, und überall müssen Sie egoistisch im Eigeninteresse handeln, denn sonst gehen Sie unter. Es ist Ihr gutes Recht, das, was Ihnen zusteht, auch einzufordern. Darauf dürfen Sie ohne schlechtes Gewissen auch bestehen. Es gehört ihnen ja quasi schon. Und Sie schaden dabei keinem anderen.

Lernen von den Chinesen

Man wundert sich bei den Chinesen, warum die allesamt überhaupt nicht warten können – Sie haben richtig gehört: **Kein Chinese kann warten**. Ob im Hotel am Tresen, im Supermarkt an der Kasse, mit dem Auto an der Kreuzung, in der Bank am Geldautomaten, am Taxistand, im Laden, beim Friseur – überall will jeder Chinese zuerst bedient werden, und meistens klappt es auch. Wer sehr energisch auftritt, hat den größten Erfolg. Da können vier/fünf Gäste an der Rezeption zum Auschecken stehen, kommt ein egoistisch auftretender angebraust und wirft seine Kreditkarte der Bedienung vor die Nase, wird er auch sofort bedient.

Denn der Typ ist **unangenehm** und man will ihn so schnell wie möglich loswerden. Warum ist das so? Ganz einfach: Der Chinese muss sich tagtäglich in einem Millionenheer von Menschen **behaupten**. Überall wimmelt es nur so wie in einem Ameisennest in dem fast 1,4 Milliarden-Volk. Die freundlichen und netten Menschen werden einfach beiseite gedrängt. Der Chinese kennt keine Nettigkeiten. Selbst wenn er jemanden anrempelt, geht er weiter und entschuldigt sich nicht – so ganz nach dem Motto „Etwas Schwund ist immer!“ Würde der Chinese nicht ganz zum Eigennutz seine Ellenbogen einsetzen, würde er gnadenlos in der Masse an Menschen um ihn herum untergehen; er verliert einfach und bleibt auf der Strecke, wird an der Hotelkasse wie selbstverständlich nicht bedient und muss eine halbe Stunde und länger warten, weil die anderen (negativ) egoistisch ihre Interessen durchsetzen. Hier grenzt allerdings Egoismus schon an seine schlechte, den anderen schädigende Form. Aber, man kann sich in Sachen Egoismus von den Chinesen dennoch einiges gut abschauen.

Mutter Teresa war gestern

Es gibt Menschen mit einem so genannten **Helfer-Syndrom** – warum auch immer. Ein Grund liegt sicher darin, dass es die **Mauerblümchen** des Lebens sind, **wenig attraktive** Leute, die kaum Selbstbewusstsein haben, **kein starkes Ego** eben. Sie versuchen dies mit einer übertriebenen Hilfsbereitschaft zu kompensieren, um vielleicht Lob, **Anerkennung und Applaus** zu erhaschen.

Dadurch, dass sie anderen Menschen helfen, geben sie sich selbst auf. Sie leben für andere, nicht für sich selbst. Ja, sie vernachlässigen dabei sogar ihre eigene Gesundheit. Mutter Teresa war die Nonne im weißen Gewand aus Kalkutta, die den Armen half und sich dafür aufopferte. Es gibt solche Menschen, die ihre Berufung darin sehen, Kranken und Bedürftigen beiseite zu stehen und auf ihr eigenes Leben zu verzichten. Das ist aber nicht der Normalfall, und nicht jeder ist Mönch oder Nonne. Wir im normalen Leben haben eine ganz andere **Verantwortung – uns selbst gegenüber**, unseren Angehörigen zuliebe.

Übernehmen Sie Verantwortung

Haben Sie Familie, Partner/Partnerin, dann müssen Sie egoistisch handeln, denn Sie haben ja **Verantwortung für andere**, müssen für Kinder und Partner/in sorgen, dürfen Ihr Leben samt Gesundheit nicht einfach wegwerfen. Egoismus dient hier dem Selbsterhalt, denn Sie sind ja Verpflichtungen eingegangen. Wir wären ja geradezu verantwortungslos, wenn wir uns nicht um unsere Familie kümmern würden, für ihren Lebensunterhalt kämpfen. Aber selbst, wenn Sie allein als Single leben, sollten Sie Ihr Leben nicht einfach wegwerfen. Sie haben nur dieses eine Leben, kein zweites, wenn Sie es verspielt haben. Uns ist nicht einfach nur kostbares Leben geschenkt worden, nein, auch die Verantwortung dafür, sorgsam mit ihm umzugehen. Das ist in etwa zu vergleichen mit der Krankenschwester, die auf der Intensivstation für die Pflege ihrer Patienten verantwortlich ist. Sie kann nicht einfach Pause machen, Kaffee trinken und eine Zigarette rauchen, während die Geräte Alarm schlagen. Oder nehmen Sie die Kindergärtnerin, die mit ihrer Gruppe eine Ampelkreuzung überquert: Sie ist verantwortlich für das Wohlergehen und die Unversehrtheit der ihr anvertrauten Kleinen; sie kann nicht einfach einen Plausch mit ihrer Freundin oder Bekannten halten, die ihr gerade über den Weg laufen. Hier bedeutet **Egoismus** einfach nur **Verantwortung** übernehmen.

Mehr „ich“ wagen und glücklicher werden

Wer **mehr „ich“ wagt, wird automatisch glücklicher**, weil ihm einfach mehr gelingt – in Job, Beziehung, Business, Nachbarschaft, Freundeskreis und überhaupt im täglichen Leben. Trauen Sie sich, seien Sie **nicht zurückhaltend**. Denn das „ich“ steht Ihnen zu. Sie brauchen kein schlechtes Gewissen zu haben. Haben Sie jetzt Mut und nehmen sich Ihr „ich“.

Das fängt schon bei der **Sprache** an. Viele sind gehemmt, in der Ich-Form zu reden. Sie sprechen dann in der unpersönlichen Art „man“ oder im Plural „wir“. Völlig falsch! Werden Sie jetzt so richtig selbstbewusst und starten voll durch mit dem „ich“: „Ja, ich will jetzt gewinnen, ich will dieses Auto haben, ich will jetzt ins Kino gehen, ich will die Präsentation selbst organisieren“ und so weiter. Ihre Mitmenschen werden vielleicht zunächst staunen, aber letztlich Ihnen den Vortritt lassen. Sie schrecken nämlich vor Ihrem selbstbewussten Auftritt zurück. Und das ist auch gut so. Sie aber sind jetzt so richtig glücklich und wissen genau, wie es geht. Sonst schnappen sich andere Ihr „ich“ weg – egoistisch bleiben!

Auf dieser Klaviatur spielen Sie nun und **verändern Ihr Leben**. Natürlich gehört dazu auch eine gute Portion **Selbstwertgefühl**. Haben Sie das nicht, müssen Sie es sich **antrainieren**. Das machen Sie am besten, indem Sie mehr und mehr **mutiger** werden, fremde Leute ansprechen, nach dem Weg fragen, um Hilfe bitten. Machen Sie sich selbst Mut und gehen aus sich heraus. Was soll Ihnen schon passieren?

Seien Sie auch egoistisch, wenn Sie Ihrer **Traumfrau/Traummann** begegnen – „Mensch sind Sie aber hübsch/nett – können wir uns mal zum Kaffee treffen?“ Die Liebe auf den ersten Blick will schließlich auch

erobert werden – oder wollen Sie wieder schmachten, weil Sie zu schüchtern waren und wie eine Salzsäule im Anblick Ihres Idols erstarrt sind? Für Ihr Glück müssen Sie schon etwas tun. Polen Sie Ihr Gehirn auf Egoismus um. Es geht doch um Sie, um Ihre Zukunft und um Ihr Glück vor allem.

Apropos **Selbstwertgefühl**: Manche Menschen erschrecken sich vor ihrer **eigenen Stimme**, wenn sie sie auf einem Handy oder Smartphone hören. Genauso haben andere **Hemmungen zu schreiben**. Oder sie trauen sich nicht, sich **unter Menschen** selbstbewusst zu **bewegen**. In allen Fällen sollten Sie mit gesundem Egoismus zu sich selbst stehen: Ihre Stimme akzeptieren, denn sie klingt gut; zu Ihrem Schreibstil stehen, denn Ihre Schreibe ist lebendig und interessant – damit setzen Sie Duftmarken; sich so bewegen, wie Sie sind, denn das Ihr Stil. **Stehen Sie zu sich selbst**, rein positiv egoistisch. „Ja, das bin ich, und wer mich so nicht mag, auf den kann ich auch gerne verzichten. Der wird mich auch nicht mögen, wenn ich mich verdrehe und verstelle, Schauspieler bin, denn das fällt irgendwann sowieso auf.“

Laufen auch Sie Ihren Chancen hinterher?

Wir kennen das ja, wie im oben beschriebenen Beispiel. Da begegnet uns einmal der Typ des Lebens. Wir sind hin und weg. Aber kriegen **keinen Satz über die Lippen**. Die Traumfrau oder, der Super-Held **verschlagen uns die Sprache**. Eine solche Gelegenheit haben wir ein- oder zweimal im Leben, und dann verlässt uns ausgerechnet der Mut. Anstatt „Hallo, sind Sie aber nett“ – „Mensch, echt geile Schnitte“ – „Hey, Dich würde ich aber auch nicht von der Bettkante stoßen“ oder einfach „Mann, bist Du geil Mann, sollen wir mal einen Kaffee trinken gehen?“ bleiben wir mit offenem Mund wie angewurzelt stehen und lassen die Chance an uns vorbeirasseln. Versemzelt, kann man da nur sagen. Üben Sie sich rechtzeitig in **Schlagfertigkeit**, damit Ihnen das nicht passiert. Irgendwann kommt die Liebe auf den ersten Blick auch zu Ihnen, und dann greifen Sie ganz egoistisch zu bevor es andere tun.

Oder wie war das noch im **Büro**? Alle Kollegen sind längst **befördert**, nur Sie bleiben ständig und beharrlich auf der Strecke. Sie sind nicht der Typ, der seine gute Leistung immer an der Laterne vor sich her trägt, nein das liegt Ihnen nicht. Pech gehabt! Denn Ihre Kollegen haben da **keine Skrupel** und sagen´s ihrem Chef schon sehr egoistisch. Sie sind kein Verkäufer. Wenn Sie hier nichts ändern, haben Sie auf Dauer das Nachsehen. Sie müssen **sich** Ihrem **Chef anpreisen**, ohne Werbung geht´s auch nicht im Job. Ihr Chef weiß vielleicht gar nicht, warum seine Abteilung so gut funktioniert. Er sieht nur das Ergebnis und lässt sich von anderen Egozentrikern blenden, die mit der Leistung rein gar nichts zu tun haben, Ihnen quasi Ihr geistiges Eigentum sogar klauen. Beweisen Sie es Ihrem Chef, indem Sie ihm egoistisch direkt gute Vorschläge selbst unterbreiten.

In Ihrer **Beziehung** ist tote Hose, weil Sie sich schon lange nichts mehr zutrauen und **wenig kreativ im Bett** sind. Sie lassen sich ständig von den Kopfschmerzen Ihrer Partnerin (oder umgekehrt) ausbremsen und verzichten auf guten Sex, anstatt sich kreativ-egoistisch einzubringen und das Vergnügen zurückzuholen. Was glauben Sie, wie Ihre Partnerin oder Ihr Partner reagiert, wenn Sie mit neuen Vorschlägen kommen? Vielleicht mal **Sex im Freien** oder Anregungen im Swinger-Club holen, eine andere Stellung ausprobieren, sich mit Stimulanzien in Rage bringen und mal ein animalisches Liebesspiel ausprobieren? Wenn Sie ein erfülltes Liebesleben suchen, dann seien Sie egoistisch und suchen sich Ihre Sex-Nische.

Sie sind der wahre **Loser im Business** – wieso haben Sie es überhaupt bis hierhin geschafft? Von knallhartem, egoistischem Verkauf verstehen Sie nicht die Bohne. Sie **geben zu schnell auf**. Würde man Sie als Staubsauger-Vertreter von Tür zu Tür schicken, würden Sie wahrscheinlich nach der ersten Absage sofort aufgeben. Sie haben das Prinzip von **Sieg und Niederlage** nicht kapiert. Ganz egoistisch muss Sie **jeder Misserfolg anstacheln**. Ja, Sie brauchen die Niederlage, um zu gewinnen. Denn nur wer richtig seine Schwachpunkte analysiert, kann daraus auch lernen. Aus jedem Rückschlag entsteht eine neue Chance. Wenn der Welttorwart im Fußball nicht schmerzliche Niederlagen auf seinem Weg zur Nummer eins erlebt hätte, wüsste er nie, wie zu siegen eigentlich geht. Niederlagen sind nichts Schlimmes, keine Katastrophen – im Gegenteil: Sie sind wichtig, um ein ganz Großer, Erfolgreicher zu werden. Dabei sind gerade bei eigener Selbständigkeit, zum Beispiel im Internet, enorme Steherqualitäten und Durchhaltewillen gefragt. Sie wollen sich doch unabhängig von nervigen Chefs, straffen Arbeitszeiten, Mobbing und Gängelung sowie miesen Kollegen machen. Also haben Sie ein großes Ziel, für das zu kämpfen es sich lohnt. Aber dies alles fliegt

Ihnen nicht wie eine gebratene Taube zu. Kämpfen und Zeiteinsatz bis zum Umfallen stehen Ihnen bevor, dafür sind Sie aber auch, wenn Sie es geschafft haben, unabhängig und glücklich, können sich viel mehr leisten wie Traumurlaub, Haus, Auto, Traumfrau, Unabhängigkeit – ja, Sie dürfen da arbeiten, wo andere Urlaub machen, in der Hängematte unter Palmen in der Karibik zum Beispiel.

Sie bekommen im **Studium, in der Ausbildung**, bei Weiterbildung und Qualifikation **nichts geregelt**, weil Sie sich **nicht gut organisieren** können. Alles läuft bei Ihnen **chaotisch** ab, **klare Strukturen sind Ihnen fremd. Planen** können Sie gar **nicht** und **verlieren** leicht den **Überblick**. Jetzt aber mal aufgepasst: Sie müssen **egoistisch** Ihre **Dinge in den Griff bekommen**. Wenn jetzt nicht, wann dann? Disziplinieren Sie sich endlich, konzentrieren Sie sich auf eine Sache und lassen nicht alles Mögliche in Ihrem Kopf schwirren. Das ist doch das Hauptproblem vieler Menschen: Sie lassen sich allzu leicht ablenken – vom so genannten **Multi-Tasking**; sie schauen eine Fernsehsendung an und telefonieren gleichzeitig oder reden mit jemandem, während es an der Tür klingelt. Dabei kann das menschliche Hirn nur eine Sache gleichzeitig erledigen. Kleines Experiment: Versuchen Sie nur einmal, Ihren rechten Arm ausgestreckt links herum kreisen zu lassen und Ihren linken Arm rechts herum – das kriegen die meisten schon nicht einmal koordiniert. Und dann wollen Sie erfolgreich kommunizieren, während Sie noch andere Tätigkeiten nebenbei erledigen. Das klappt nicht, beides schaffen Sie nur halb und deshalb sind Sie nicht ganz bei der Sache, bei keiner. So entstehen Missverständnisse, Kommunikationsfehler. Nein, setzen Sie egoistisch und konsequent auf Konzentration, um keine Fehler zu machen.

Ihnen **gelingt aber auch gar nichts**. Haben Sie sich schon mal überlegt, woran das liegt? Sie sind der geborene **Tollpatsch** und

nehmen jedes **Fettnäpfchen** mit. Ihnen fällt die Tasse aus der Hand; Sie rutschen auf der Bananenschale aus und brechen sich den Arm; Sie fahren vor der roten Ampel auf Ihren Vordermann auf; Ihre Freundin geht stiftet; Sie verlieren Ihr Portemonnaie; natürlich bekommen Sie ein Knöllchen im Parkverbot und so weiter. Sie sind aber auch ein Pechvogel! Langsam glauben Sie daran, dass Ihnen Pech wie Schwefel an den Fersen klebt. Nein, so ist es nicht. Sie sind vielleicht unkonzentriert, etwas tölpelhaft, unaufmerksam. Mit etwas **Egoismus und Ruhe** dürften Ihnen so viele Pannen nicht mehr passieren. Wenn Sie Visionen haben, müssen Sie ja deren Erreichen auch planen und Schritt für Schritt angehen. Viele machen den Fehler, sich zu übernehmen, zu viel auf einmal anzupacken. Konzentrieren Sie sich also auf die wirklich wichtigen Dinge im Leben. Halten Sie sich nicht mit Nebensächlichkeiten auf. Überprüfen Sie immer wieder mal, ob Sie noch in der Spur sind. Manchmal passiert es uns ja auch, dass wir ein Buch lesen und den Inhalt gar nicht mehr aufnehmen – weil wir mit unseren Gedanken ganz wo anders sind. Wir ertappen uns in der Unaufmerksamkeit, und genauso passiert es Ihnen auch, wenn Ihnen gar nichts mehr gelingt. Dagegen hilft nur gesunder Egoismus zum eigenen Glück.

Und dann folgt ein **fataler Kreislauf**: Sie lassen den Kopf hängen und **geben auf**. Es klappt ja sowieso nichts. Sie fühlen sich als **Opfer einer ungerechten Welt**, leiden, und es geht ihnen echt schlecht – bis hin zu **Depressionen** und tatsächlichen Beschwerden wie Rückenschmerzen und Bauchweh mit **Magengeschwüren**. Lassen Sie es nicht soweit kommen. Kehren Sie Ihre pessimistische Haltung in gesunden Egoismus um, denken Sie vor allem **positiv**: Ja, ich schaffe das, weil ich es will. Die typische Reaktion vieler Menschen ist doch, dass sie gleich bei der ersten Niederlage den Kopf in den Sand stecken und den Schwanz einziehen. Sie probieren es erst gar nicht wieder.

Was meinen Sie, was diesen Typen an Erfolgserlebnis flöten geht? Eine ganze Menge, weil viele Vorhaben erst im zweiten oder dritten Anlauf so richtig krachen.

Schlusswort

Wer nicht wagt, der nicht gewinnt – also nehmen Sie sich Ihren Teil vom Leben. Sie wollen doch etwas erreichen, also müssen Sie auch mit stolz geschwellter Brust auftreten. Sie haben etwas zu bieten, Sie stellen etwas dar und geben etwas her. Egoismus ist dazu da, sich Ihren (guten) Platz zu sichern. Von nichts kommt bekanntlich auch nichts. Sie müssen schon fordern. Natürlich dürfen Sie dabei nicht andere benachteiligen. Gesunder Egoismus schädigt niemanden, also dürfen Sie ihn ruhig auch anwenden. Fragen Sie sich öfter mal: „Bin ich schon Egoist oder gebe ich immer noch klein bei?“ So prüfen Sie, ob Sie auf der richtigen Überholspur sind. Das Tragische ist doch, dass sich viele nicht trauen, selbstbewusst aufzutreten und sich ihren Teil einfach zu nehmen. Sie haben pure Angst vor dem Versagen und vor der Reaktion anderer.

Wollen Sie nun glücklich werden oder nicht? Der Schlüssel liegt in gesundem Egoismus, den Sie aber bitte jetzt ganz schnell anwenden. Und Glück ist der Schlüssel zu einem erfüllten Leben, ja zu mehr Lebensqualität. Wenn Sie weiter Mauerblümchen spielen wollen, dann machen Sie weiter. Aber glücklich werden Sie damit nicht. Nehmen Sie mit einer strammen Portion Egoismus Ihr Leben nun in die Hand. Dann geht´s Ihnen auch besser, Sie werden erfolgreicher und auch glücklicher!

Viel Erfolg mit gesundem Egoismus!