

Mit Disziplin zum Erfolg?!

WISSENTANKEN / Der blonde Shaolin Marc Gassert lehrt uns diese Kunst mit Blick auf asiatische Weisheiten in seinem Vortrag am 13. November.

Augsburg/Friedberg. Wir leben in einer Gesellschaft, die das Wort Disziplin nicht mehr mag und die sehr tolerant mit dem Wort Erfolg umgeht. Es ist unserem Umfeld im Grunde egal, was wir machen. Allein, so scheint es, müssen wir einer Maxime entsprechen: Leistung.

Wer sich der Leistungsnorm beugt, erhält Bestätigung in der Gesellschaft und wird akzeptiert. Vielleicht geht es weniger um Leistung, als um Qualität. Qualität wertet sowohl unsere Leistung auf, also auch unser Lebensgefühl. Erfolg ist lediglich das, was auf unsere Handlungen erfolgt – und somit eine logische Konsequenz. Wir treffen Marc Gassert beim Italiener, er verrät, was uns am 13. November in seinem Vortrag im Golden Amber in Friedberg erwartet: Durch das, was ich von den Shaolin gelernt habe, gelange ich zu der Überzeugung, dass wir durch unsere Arbeit ständig unser Innerstes ausdrücken. Wie wir unsere Arbeit verrichten, sagt viel über uns selbst. Anders gesagt, unser Geist findet immer Ausdruck in unserem Tun, in unserem Handeln. Wenn wir etwas konzentriert tun, ist auch unser Geist konzentriert. Wenn wir aber etwas oberflächlich tun, ist auch unser Geist oberflächlich – und wenn wir frustriert sind, wehrt sich unser Geist gegen etwas, das er eigentlich tun sollte.

Disziplin brauchen wir, um unsere Ziele zu erreichen. Disziplin brauchen wir auch, wenn wir uns an Regeln halten müssen. Und wir benötigen sie dringend, zur Impulskontrolle, um einer Versuchung zu widerstehen oder um uns nicht blindlings dem Ärger hinzugeben.

Der Treibstoff für Selbstdisziplin ist Willenskraft – und man kann diese stärken, vermehren, trainieren. Im Grunde ist es wie ein Muskel: mit den richtigen Techniken trainiert, wird er größer und leistungsfähiger. Wir gewinnen an Geduld, Ausdauer und Leidenselastizität. Damit begegnen wir unserem inneren Schweinehund, unseren Versagensängsten und unserer Lethargie deutlich gelassener.

Seit meinem ersten Besuch in Asien glaube ich fest daran, dass zumindest Ordnung einer der wesentlichen Bausteine für Selbstdisziplin ist. Das Problem allerdings ist hier der Begriff in seinem kulturellen Zusammenhang. Zucht und Ordnung wurden lange Zeit verwendet, um die gesellschaftliche Ordnung zu stabilisieren. Leider sehr oft eine Ordnung, die die Menschen unmündig machte, zu willenslosen Untertanen, wie wir Deutschen das leidvoll in unserer Geschichte erfahren mussten.

Richtig und falsch zugleich

Heute wollen wir keine Untertanen sein, wir wollen in erster Linie Freiheit und Selbstbestimmung. Wir weigern uns, das Produkt elterlicher oder gesellschaftlicher Forderungen zu werden, stattdessen wollen wir uns nach unserem Können und Vermögen frei entfalten. Wir wollen zu uns selbst finden, wir selbst sein dürfen. Das ist nach Auffassung der Shaolin richtig und falsch zugleich. Obwohl Freiheit unser größtes Ideal sein mag, geht es gänzlich ohne Zucht und Ordnung nicht. Disziplin und Freiheit sind keine Gegensätze. Disziplin macht Freiheit erst möglich. Vielmehr genau genommen den nutzbringenden Effekt von Freiheit.



Marc Gassert ist auch bekannt als der blonde Shaolin.

Foto: Marc Gassert

Aber selbst wenn es um unsere eigenen Bedürfnisse geht – wir sind zumindest immer uns selbst verpflichtet. Wer seine Bedürfnisse befriedigen möchte, muss etwas dafür tun. Darum setzt Bedürfnisbefriedigung Disziplin voraus. Disziplin ist es auch, die uns dabei helfen kann, den Manipulationsversuchen und Verführungskünsten der Umwelt zu widerstehen.

Der Hormonspiegel wird in Schuss gebracht

Mein Vortrag über „Disziplin“ soll uns leistungsfähiger machen und funktioniert im Sinne eines Akku-schnell-lade-Systems. Es geht um Techniken zur mentalen Stärke.

Der Hormonspiegel wird wieder in Schuss gebracht und das ganze System kommt auf Touren. Gesund sein, ist ein natürlicher Zustand. Die Mittel ihn zu erreichen, hat jeder von uns.

Karten zum Vorteilspreis

Seien Sie live dabei und sichern Sie sich einen Platz im Golden Amber, der Einlass beginnt um 19 Uhr und der Vortrag findet von 19.30 bis 21 Uhr statt. Die Einzelkarte bekommen Sie für 39 Euro (inklusive Mehrwertsteuer). Es gibt einen attraktiven Vorteilspreis von 29 Euro (inklusive Mehrwertsteuer) für gewerbliche Kunden der Stadtzeitung und Abonnenten der Aichacher Zeitung. Bestellungen ganz einfach per E-Mail an info@sprecherhaus.de, oder per Telefon unter 02561/69 56 51 70 oder auch im Online-Ticketshop unter www.sprecherhaus-shop.de (pm)

Freitickets für Wissen.Tanken

Freitickets für Wissen.Tanken

Vortrag. Seien Sie dabei, wenn am Montag, 13. November, von 19.30 bis 21 Uhr (Einlass ab 19 Uhr) Marc Gassert zum Thema „Disziplin“ referiert. Veranstaltungsort ist das „Golden Amber“, Paul-Lenz-Straße 6, in Friedberg.

Mitmachen. Wir verlosen 3x2 Freitickets (Gästelistenplätze) für den unterhaltsamen Vortrags-Abend mit Marc Gassert! Die Teilnahme am Gewinnspiel ist möglich unter www.stadtzeitung.de/themen/gewinnspiele.

Verlosungsschluss. Die Verlosung läuft bis Freitag, 10. November, um 10 Uhr.

WISSENTANKEN 2017/2018

STADTZEITUNG
IHR PARTNER FÜR ERFOLG

Aichacher Zeitung
Vielseitig wie unsere Heimat.

Mit Ihren Partnern für Erfolg

Seien Sie dabei, wenn die erfagtesten Top-Experten Deutschlands zu Gast in Friedberg sind. Die Stadtzeitung und die Aichacher Zeitungsanstalten in Zusammenarbeit mit der Veranstaltungsgattung SPRECHERHAUS® erstmalig eine tolle Seminarreihe für Ihre Vorsprung durch Wissen.

Veranstaltungsort: GOLDEN AMBER, Paul-Lenz-Str. 6, 86133 Friedberg
Jeweils montags von 19.30 bis 21.00 Uhr (Einlass ab 19.00 Uhr)

Preise Einzelkarte: 29,- Euro* | 39,- Euro *Vorteilspreise für gewerbliche Kunden der Stadtzeitung und Abonnenten der Aichacher Zeitung

Infos & Buchung bei der Veranstaltungsgattung: SPRECHERHAUS® | +49(0) 25669 56570 | www.sprecherhaus.de

1 25.09.2017

Optimismus? Realismus?

Zum Auftakt der Vortragreihe erlebte der Bestsellerautor Prof. Dr. Jens Widner mit seiner kabarettistischen Darbietung zum Thema Optimismus, so das 200 Teilnehmer Spaß beim Wissenskochen hatten.

stark Optimismus: hopeste bestand cae for the best.

Jens Widner
Professur für Führungswissenschaften, Kriminologie und Viktimologie, Bestsellerautor

www.prof-jenswidner.de

2 16.10.2017

Charakterkunde

Der Meister® Geon Joo, trainierte die Teilnehmer, das wertvolle Wissen, wie man chaotische Entscheidungen trifft und sie selbst besser versteht.

Fisch schmecken und nicht dem Ategl!

Experte für das deutsche und fremdsprachliche Kommunikation

www.menschleom.com

13.11.2017

Disziplin!
Nicht das Anfangen wird belohnt, sondern das Durchhalten

„Disziplin tsnibt käuflich – aber sie zahlt siccaus.“

Mac Gassert
Der Blonde Shaolin

www.macgassert.de

04.12.2017

Visionen und Wirtelben
Gemeinsam Ziele errächen

„Visionen und Wirtelben sind das Fundament für Ihre Zukunft!“

Dipl.-Kfm Edgar Itt
Olympiamedallengewinner
Inspirations- und Motivationscoach
Mentorcoach der Leichtathletik Olympiamannschaft 2002

www.edgar-itt.de

19.02.2018

Klarheit
Wissen, as zählt – und darüber reden

„Klar zu seinen ts einfach – klar zu sein ein Alleinstellungsmerkmal.“

René Borbonus
Rhebrilspezialist Derder Ihr Überzeugung Kftschaekt.

www.rene-borbonus.de

19.03.2018

Ohne Wirtel?
Geheimnisse der nonverbalen Kommunikation

„Sehen Sie swilhen bislang erbarren gelieben ts“

Thostea Havener
Internationaler Bestsellerautor
Mentalkünstler Experte für nonverbale Kommunikation

www.thostehavener.com

16.04.2018

Bewohnerefrei
Wer sind die Superstars des Lebens?

„Du bist die Summe der Menschen, mit denen Du Dic umgibt“

Tobias Beck
Internationaler Speaker
Hochscholdozent, Berater

www.tobiasbeck.com

14.05.2018

Verblüf mit, präsentier Dich!
Hinterlass Spaur

„Die Zunge is die einzige Waffe die dich ständigen Geläch immer spitzerdwir“

Max Magerhofer
Wortwitzfischs Trainer für Erwachsenenbildung
Habe eine Werbeagentur Schauspieler Business Coach

www.maxmagerhofer.at