

THOMAS BASCHAB

PETER PRANGE

TRÄUME WAGEN!

THOMAS BASCHAB
PETER PRANGE

TRÄUME WAGEN!

DER MENTALE WEG ZUM ERFOLG

ARISTON 

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet unter <http://dnb.ddb.de> abrufbar.



Verlagsgruppe Random House FSC®N001967
Das für dieses Buch verwendete
FSC®-zertifizierte Papier *Super Snowbright*
liefert Hellefoss AS, Hokksund, Norwegen.

Aktualisierte Neuauflage
© 2015 Ariston Verlag
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Alle Rechte vorbehalten

Dieses Buch ist bereits in einer früheren Ausgabe erschienen bei
Droemer Knaur GmbH & Co. KG, München
Umschlaggestaltung: Hauptmann & Kompanie, Zürich
unter Verwendung eines Motivs von Florian Beier
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck
Printed in Germany
ISBN 978-3-424-20154-3

Für Coco Lina, Lisa und Julian.

Weil sie noch so viel vor (sich) haben.

»Einmal sollte man nur so zur Probe leben dürfen.
Und dann noch einmal richtig.«

RodaRoda

Inhalt

Prolog	Geht nicht, gibt's nicht!	11
1. Kapitel	Im richtigen Leben: Was heißt hier schon richtig?	15
2. Kapitel	Thema Herausforderung: Pro-bleme? Ja, bitte!	21
3. Kapitel	Wahrnehmung: Ich sehe was, was du nicht siehst	37
4. Kapitel	Chefblockade Angst: Augen auf und durch!	51
5. Kapitel	Mentale Einstellung: Wenn's anfängt, fängt's im Kopf an	67
6. Kapitel	Die Jagd nach dem Glück: Wozu tue ich, was ich tue?	77
7. Kapitel	Zwischenmenschliches: Was du nicht willst, das man dir tu ...	87
8. Kapitel	Apropos Verantwortung: Keine faulen Ausreden!	99
9. Kapitel	Wahlfreiheit: Wie viel Freiheit darf's denn sein?	107

10. Kapitel Visionen und Ziele:		
	Alles sinnlos oder was?	117
11. Kapitel Selbstprogrammierung:		
	Wer's glaubt, wird selig!	129
12. Kapitel Aufbruch:		
	Es gibt nichts Gutes – außer man tut es!	155
Epilog	Geht nicht, gibt's nicht! Oder doch?	183
	Anstelle eines Nachworts	187
	Danke!	190
	Noch Fragen, liebe Leser?	191

Prolog

Geht nicht, gibt's nicht!

Es war an einem schönen Tag im Jahr 2001, irgendwo zwischen Himmel und Erde.

Pünktlich um sechs Uhr morgens betrat der liebe Gott den kleinen Empfangssaal, um ein paar Neuzugänge zu begrüßen, ein halbes Dutzend Frauen und Männer, die mit gespannter Neugier auf Ihn warteten. Sie alle waren in der vergangenen Nacht gestorben und sollten Rechenschaft ablegen über ihr Leben, beziehungsweise darüber, was sie aus ihrem Leben gemacht hatten.

»Nun, ihr Lieben«, sprach der liebe Gott, »was habt ihr Gutes zu berichten?«

Als Erster trat ein kleiner grauer Mann vor. »Ich habe meine Steuern immer pünktlich bezahlt, das Finanzamt hat sich nie über mich beklagt. Ich glaube, ich hätte ein Plätzchen im Himmel verdient.«

»Und ich«, meldete sich seine Nachbarin zu Wort, eine Frau mit dünnen Lippen und spitzer Nase, »ich habe mein Leben lang keinen Tropfen Alkohol angerührt und erst recht keine Männer. Ich will daraus zwar keine Ansprüche ableiten, aber ...«

»Papperlapapp«, unterbrach sie ein dicker, rotgesichtiger Mann. »Das Einzige, worauf es ankommt, ist Arbeit, Arbeit, Arbeit. Ich habe so schwer geschuftet, dass ich mit vierzig meinen ersten Herzinfarkt hatte! Wenn *ich* nicht in den Himmel komme, wer dann?«



Thomas Baschab, Peter Prange

Träume wagen!

Der mentale Weg zum Erfolg

Paperback, Klappenbroschur, 192 Seiten, 13,5 x 20,6 cm

ISBN: 978-3-424-20154-3

Ariston

Erscheinungstermin: November 2015

Erfolg beginnt im Kopf: Ängste abbauen - Denkblockaden überwinden - Horizonte öffnen

„Geht nicht, gibt's nicht!“ Das ist die Botschaft dieses Buches. Wie können wir Probleme lösen, die scheinbar nicht zu lösen sind? Wie können wir Ziele erreichen, die scheinbar außerhalb unserer Reichweite liegen? Wie können wir Träume verwirklichen, die scheinbar unerfüllbar sind?

Thomas Baschab, führender Managementtrainer und Mentalcoach zahlreicher Spitzensportler, vermittelt in seinem Buch eindrucksvoll, wie wir Ängste abbauen und Denkblockaden überwinden. Alte Grenzen hinter uns lassen und neue Möglichkeiten entdecken. Eine herausragende Rolle für unseren Erfolg spielt dabei immer die mentale Einstellung. Anhand praktischer Beispiele und jeder Menge Übungen lernen wir, unseren Horizont zu erweitern und die immensen Möglichkeiten des mentalen Trainings für alle Lebensbereiche zu öffnen.

 [Der Titel im Katalog](#)