



Die Kunst, glücklich zu sein

Klaus Masaniger lehrt die Kunst, glücklich zu sein. Er setzt auf Visionen, die unsere Wirklichkeit nachhaltig prägen.

Zwischen seinem beruflichen Alltag als Vermögensberater und Familienvater weiß Klaus Masaniger, wie schwierig es ist, in der heutigen Hektik in seiner Mitte zu bleiben. „Nach dem Konzept von ‚Leben aus der Vision‘, ich nenne es auch die Kunst glücklich zu sein, stütze ich mich auf fünf Punkte, die mir zu meiner Ausgeglichenheit verhelfen“, sagt Masaniger. Klares Selbstbild • **Innere Bilder:** „Man arbeitet mit der Kraft der Vorstellung. Es geht darum, ein Bild von sich zu entwerfen und darauf hinzuarbeiten. Ein Beispiel wäre die Frauenbewegung. Diese Frauen haben ein eigenes Bild von sich entworfen“, erklärt Masaniger das Prinzip, eigene Werte zu entwerfen und alte Muster zu durchbrechen. • **Intuition:** „Alle großen Lösungen waren schlussendlich Entscheidungen aus dem Bauch. Die Intuition ist ein guter Ratgeber, wenn man lernt, sie wieder zu aktivieren.“ • **Energie:** „Die Energie kommt aus dem Gefühl“, sagt Masaniger. „Es geht darum, zu erkennen, was uns wirklich glücklich macht. Oft ist es Anerkennung: Diese müssen wir uns aber selber schenken, so ist man von anderen Menschen nicht mehr abhängig.“ • **Werte:** In den ersten drei Lebensjahren eines Kindes werden die wichtigsten Werte vermittelt. Manche sind hilfreich, andere hinderlich. „Es ist Zeit, eigene Werte und eigene Lebensaufgaben zu bestimmen“, sagt Masaniger. „Ich kann mich noch gut an Jazz Gitty erinnern. Sie hat sich nicht vom Schlankheitsideal beeindrucken lassen und ist eine strahlende Persönlichkeit.“ • **Schöpfung:** „So wie du als Spieler ein Eishockeyspiel mitgestaltest, begreifst du, dass du dein Leben mitgestaltest“, sagt Masaniger. „Wenn man sich nur beleidigt in eine Ecke stellt, wird sich nicht viel verändern.“ Mit Meditation und der eigenen Vision vom Glück konzentriert man sich auf das Ziel, anstatt an den Hürden auf dem Weg zum Glück zu verzweifeln.

Autor **Simone Seppel**

<http://www.kwoche.at/kw/body/8373/index.do>

08.02.2006 Kärntner Woche