



ILONA BÜRCEL

Die Schokolade vor meiner Haustür

**Wahre Kurzgeschichten
über Glück
in bewegten Zeiten**

Ilona Bürgel

Die Schokolade vor meiner Haustür

Wahre Kurzgeschichten
über Glück in bewegten Zeiten

Du kannst mir für Fragen, Anregungen und Erfahrungen direkt schreiben:
ilonabuergel@ilonabuergel.de.

© 2021 Ilona Bürgel · Hauptstraße 9 · 01097 Dresden

Ilona Bürgel: Die Schokolade vor meiner Haustür.
Wahre Kurzgeschichten über Glück in bewegten Zeiten

Gestaltung: www.michaelzimmermann.com

Illustration Umschlag: macrovector/Freepik

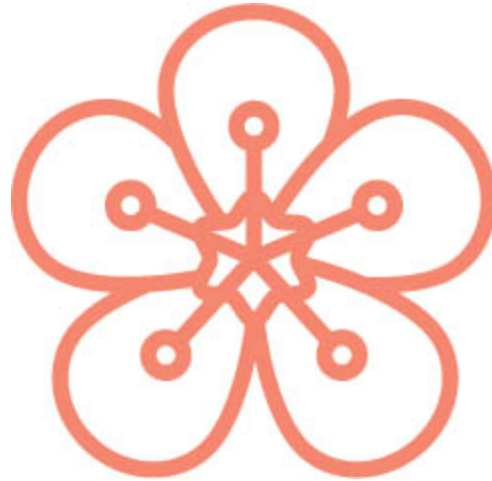
Icons: flaticon.com/Freepik

Druck: www.bookwire.de

Printed in Germany

ISBN: 978-3-9823239-0-9

ISBN E-Book: 978-3-9823239-1-6



Das sagen Glücksexperten zum Buch

Ein erfrischendes Lesevergnügen, das Glücksmomente bereitet, mit Geschichten, die das Leben schrieb. Das Fazit: Wenn es dir gutgeht, profitieren auch andere davon!

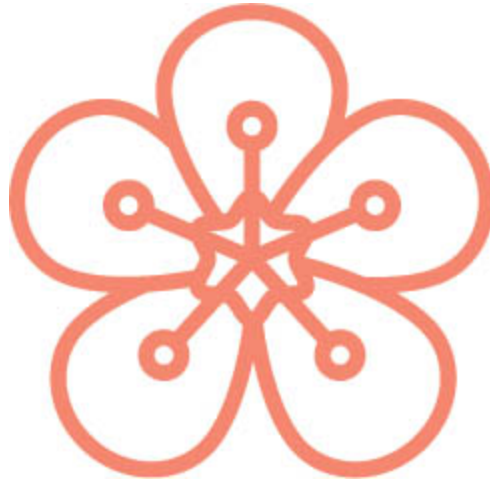
—Markus Hofelich

Wirtschaftsjournalist und
Chefredakteur von [SinndesLebens24.de](https://www.sinndeslebens24.de)

Ilona ist mit diesem Buch wieder einmal ein wahres Geschenk gelungen. Es ist eine so wunderbare Erinnerung daran, dass wir unser Leben und unser Glück immer selber in der Hand haben.

—Christin Prizelius

Wirtschaftspsychologin, Autorin,
Soziale Unternehmerin [pureandpositive.com](https://www.pureandpositive.com)



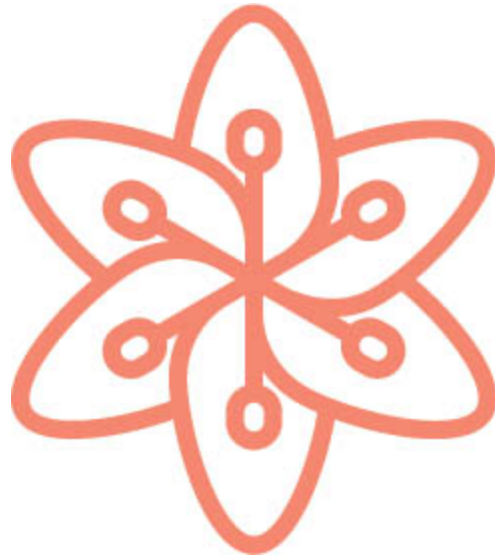
Das sagen Glücksexperten zum Buch

Das kleine Glück im Alltag ganz groß machen – wie das geht, zeigen diese kurzweiligen Geschichten auf. Als Inspiration, zum Nachdenken und Mitmachen.

—Gina Schöler
Glücksministerin

Ilona schreibt erfrischend ehrlich und alltagsnah. Mal mit einem Augenzwinkern und mal mit Tiefgang, aber nie mit erhobenem Zeigefinger. Sie zeigt uns, dass wir unser Glück in jeder Situation selbst finden können und das Leben deutlich leichter wird, wenn wir ab und zu die Perspektive wechseln.

—Katharina Tempel
Doktorin der Psychologie, Bestsellerautorin,
www.gluecksdetektiv.de



Inhalt

Vorab
Dank

Das italienische Kompliment
Man muss nur wollen
Von Lebenszeit gibt es keinen Nachschlag
Mit wem möchtest du tauschen?
Du bist nie zu beschäftigt, um etwas Gutes zu tun
Hast du dir dein Glück verdient?
Hauptsache bequem
Sei doch mal negativ
Hast du diesem Tag schon genug Leben gegeben?
Stell dir vor, dein Handy wäre vertauscht
Danke, und selbst?
Die Schokolade vor meiner Haustür

Vorab

Schon immer haben sich Menschen Geschichten erzählt, sie bewahrt und vorgelesen. Erinnerst du dich auch noch so gut wie ich, wie schön es für uns als Kinder war, abends etwas erzählt oder vorgelesen zu bekommen? Wie aufregend es war, als wir die ersten Wörter selbst lesen konnten und wie stolz wir waren, richtig lesen zu können? Später kamen dann die Genussmomente am Sonntagmorgen hinzu. Sich Zeit zu nehmen für die Sonntagszeitung oder mit einem guten Buch auf dem Sofa zu liegen, um den Alltag hinter sich zu lassen. Ich mag es immer noch ganz besonders, wenn mir jemand etwas vorliest. Das ist für mich ein Augenblick des Verwöhntwerdens.

Genau an diese guten Gefühle möchte ich mit dir anknüpfen und dir Geschichten erzählen, die das Leben schreibt. Die du, deine Schwester oder Kollegin erlebt haben könnten und die ich erlebt habe. Du wirst ganz häufig denken: „Das geht mir genauso.“ oder „Das ist mir auch schon passiert.“ Auch in meinen Vorträgen berichte ich von meinen Erlebnissen. Oft kommen danach Gäste zu mir und fragen, ob ich sie kennen würde. Ich hätte genau sie und ihr Leben beschrieben.

Meine Erlebnisse erscheinen auch als Kolumnen in Tageszeitungen oder Onlinemedien und mir schreiben Leser, dass sie diese sammeln, weil sie so lebensnah sind. Sie werden zum Beispiel in der Büroküche an die Wand gepinnt, damit sie für viele sichtbar sind.

So ist übrigens die Idee zu diesem Buch entstanden. Warum soll es nicht Geschichten, die unser Leben schreibt, als kleine Sammlung geben?

Die Themen, die uns heute beschäftigen, die Träume, die wir haben und die Hindernisse, die wir im Alltag überwinden müssen, sind recht ähnlich. Denn wir alle sind Menschen, die einfach ein gutes, sinnvolles Leben in einer bewegten Zeit führen wollen. Wir sind Menschen, die sich viel abverlangen und sich selbst zu oft vergessen. Die Leser meines Newsletters sagen mir oft, dass diese kleinen Erinnerungen an sich selbst genau im richtigen Moment kamen. Genau dann, wenn sie verzagt waren oder nicht gut genug für sich gesorgt hatten.

Das bringt uns zum Kern meiner Geschichten. Ich habe es mir zur Aufgabe gemacht, Menschen an sich selbst zu erinnern, eine Welt positiver Gedanken für uns zu schaffen, in der wir uns selbst besser um uns kümmern. Eine Welt, in der wir gut zu uns sind, uns mindestens so gut behandeln, wie wir das mit anderen ganz selbstverständlich tun. Oder würdest du dich etwa nicht zu den zuverlässigen, hilfsbereiten, fürsorglichen, liebevollen Menschen zählen, die gern für andere da sind, gern Freude bereiten, gern Geschenke machen, auf hohem Niveau alle Aufgaben erfüllen? Die erst, nachdem die Fenster geputzt sind, einen Kaffee trinken und nicht umgekehrt?

Das ist eine wertvolle Art zu leben. Und ich möchte dich und mich zugleich daran erinnern, dass wir nur so gut mit anderen umgehen können, wie wir mit uns umgehen. Dass wir jede noch so schwierige Situation gut meistern, wenn wir uns selbst gut behandeln.