

**Glück und
Gelassenheit**



Boris Simon
wünscht
viel Glück

Glück ohne Umwege

**Interview mit Boris Simon
- Autor "DER MEISTERPLAN"**

Ein Buch bringt es auf den Punkt...

Möglichst viele Menschen sollen ihr Glück finden - und das ganz ohne Umwege. Für viele bisher nur ein Wunschtraum, aber für den Autor des Meisterplans „Boris Simon“ ein durchaus greifbares Ziel. Und er lebt es sogar vor.

Wir vom Team „Lebe Jetzt“ haben das Buch gelesen und sind neugierig auf den Menschen hinter dieser grandiosen Idee geworden. Diese besteht aus einer leicht nachvollziehbare, in den Alltag integrierbare Lebensphilosophie, die ohne Zweifel oder viel Mühe zu mehr Vitalität und Lebensfreude führen kann, sobald man sich „auf den Weg“ macht. Und Gelegenheiten dazu beschreibt der Meisterplan zur Genüge.

Diese leitet der Autor „Boris Simon“ gekonnt aus der fernöstlichen Lebensfreude, Leichtigkeit, Kultur und der Weisheit großer Zen-Meister ab.

Und was ihm selbst gelungen ist, möchte er an andere weitergeben. Dabei verspricht er keine Wunder, sondern präsentiert einfache, aber alltagstaugliche Möglichkeiten, die jeder individuell nutzen kann.

Wir wollten mehr über die Idee, Hintergründe, Tipps zur Umsetzung und Erfolge des Autors „Boris Simon“ erfahren und haben nachgefragt:

Hallo Boris, vielen Dank dafür, dass du dir die Zeit nimmst, um einige Fragen für unsere Leserinnen und Leser zu beantworten.

Hallo Guido, es ist mir eine Freude, einen Beitrag für mehr Glück, Vitalität und Selbstbewusstsein leisten zu dürfen.

Nun hat sich der Meisterplan tatsächlich innerhalb kürzester Zeit zu einer Art Meisterwerk entwickelt, denn das Buch ist schon jetzt sehr erfolgreich. Das können wir vom Team zwar nachvollziehen, aber wie erklärst du dir diesen beinahe kometenhaften Start?

Unsere Erkenntnis ist, dass das Leben eigentlich sehr einfach ist, wir Menschen aber oft dazu neigen, es kompliziert zu gestalten. Wir leben in einer schnelllebigen Welt, in der wir trotz modernster Hilfsmittel einem stetig steigenden Druck ausgesetzt sind. Diese permanente Anstrengung wirft die grundlegende Frage auf:

Wie kann man sich in einem derart fordernden Umfeld nicht nur belasten, sondern auch entlasten?

Der Meisterplan „mit Meister Taigen und mir“ zeigt dazu Wege auf, die auf jahrtausendealten Prinzipien der fernöstlichen Weisheiten basieren und auf eine einfache und verständliche Weise vermitteln werden. Die Rückmeldungen der Leser bestätigen immer wieder, dass egal welche Seite man im Meisterplan aufschlägt, sich sofort eine einfache, klare und wertvolle Weisheit findet. Unser Ansporn ist es, die Essenz aus Inhalten, die sonst ganze Bücher füllen, zu extrahieren und für eine praktische Anwendung in nur einem Kapitel zu filtern. So investieren unsere Leser weniger Zeit mit dem Lesen und haben mehr Zeit für die Umsetzung und das (Er)leben zur Verfügung.



Ich kenne einige Leute, die sich mit der fernöstlichen Kultur beschäftigt und auch intensiv Kampfsport praktiziert haben, aber wohl nie darauf gekommen wären, daraus einen „Plan“ für andere zu entwickeln. Wie und warum bist du auf diese Idee gekommen?

Der Meisterplan ist kein "Plan" oder eine Anleitung im herkömmlichen Sinne; dieser ist vielmehr ein Buffet an jahrtausendealten Möglichkeiten und Prinzipien ohne einen festen Ablauf und Regeln, die einzuhalten sind, um seine persönliche Meisterschaft zu erreichen. Jeder Mensch ist so individuell wie das Leben selbst.

Darum war es für uns wichtig, dass jeder auch das auswählen sollte, was für ihn jetzt im Augenblick den größten Nutzen mit dem geringsten Aufwand bietet. Damit entsteht die Motivation, weiterzumachen und die nächsten positiven Gefühle, Erfolge und Erlebnisse zu erleben. Unsere Mission war es, dass, wenn der Leser nur in einem Punkt etwas Wertvolles für sich findet, mit dem er sein Leben bereichern kann, sich unsere Investition in den Meisterplan gelohnt hat.

***Er lebt es vor
... Boris Simon***

Ich könnte mir vorstellen, und so ist es uns zunächst auch ergangen, dass viele die fernöstliche Lebensweise und Kultur mit Entbehrungen, harter Arbeit, großen Anstrengungen und unendlicher Geduld in Verbindung bringen. In deinem Buch klingt das aber ganz einfach und nachvollziehbar.

Glück, Vitalität und Selbstvertrauen, ohne Umwege oder sich selbst unter Druck zu setzen – wie ist das nach deinem „Plan“ mit den Begriffen „individuell“ und „einfach“ in Einklang zu bringen?

Alles, was mit Übertreibung oder Askese verbunden ist, ist nicht leicht oder sinnvoll einzuhalten.

Die Wahrheit liegt oft in der goldenen Mitte, und so ist es auch mit vielen Prinzipien und Anwendungen, die uns begleiten. Das Leben sollte nicht von Arbeit, sondern von Leidenschaft, Spaß, Freude und Sinn geprägt sein, unabhängig von der Höhe des Einkommens, des Reichtums oder der gesellschaftlichen Stellung.

Probiere es einmal aus, das Wort "Arbeit" aus deinem Wortschatz zu streichen und es durch ein anderes Wort zu ersetzen, und schau, wie sich das für dich anfühlt. Zum Beispiel: „Ich gehe meiner Leidenschaft nach“ oder „Ich gehe meinen Aufgaben nach“ usw.



Es geht darum, das Leben nicht als eine Abfolge von Aufgaben zu betrachten, die nur auf das Wochenende und die Urlaubstage abzielen, bis es vorbei ist. Stattdessen sollten wir unser Leben so gestalten, dass sich der Montag genauso gut anfühlt wie der Freitag, das Wochenende wie ein Wochentag. Das erfordert, unsere Ansprüche und unsere Erwartungshaltung zu überdenken und unserer Situation anzupassen. Wenn wir unsere Berufung – das, was wir gerne tun – mit dem verbinden, was wir beruflich ausüben dürfen und dabei anderen etwas Gutes tun oder einen bleibenden Eindruck hinterlassen, dann leben wir nicht einfach nur, wir schaffen ein erfülltes Leben, für das wir auch noch bezahlt werden.

Auch wenn sich das für manche zu schön - um wahr zu sein - anhört und sicherlich nicht einfach in der Umsetzung ist, heißt das nicht, dass es nicht erreichbar ist. Es ist einfacher, als viele denken, und wenn die ersten kleinen Schritte dafür erst einmal geschafft sind, kommt alles andere fast wie von selbst in unser Leben!

Nun denke ich bei deinem Buch nicht nur an körperliche, sondern zunächst an geistige Vitalität. Beides verbindet man wohl automatisch mit den weisen asiatischen Mönchen und Meistern - selbst bis ins hohe Alter. Und es heißt ja, man ist so jung, wie man sich fühlt. Kann man es so sehen, dass du deinen Leserinnen und Lesern gerade hier die Philosophie – alles beginnt im Geiste – nahebringen möchtest?

Geistige Vitalität ist der Schlüssel zu einem erfüllten und gesunden Leben. Die fernöstlichen Weisheiten zeigen uns, dass die ewige Jugend im Geiste beginnt oder endet.

Wir alle kennen die Situation, dass wir uns am wohlsten fühlen, wenn Körper und Geist im Einklang stehen. Dieses Glück der Harmonie möchten wir so lange wie möglich aufrechterhalten bzw. wieder schnell in Einklang bringen, wenn es einmal im Ungleichgewicht ist. Es gibt viele Wege zum Glück, und dafür bieten wir unser Buffet an Möglichkeiten an, sodass jeder etwas finden wird, was wohltuend ist. Wenn wir lernen, unseren Geist zu stärken und in Einklang mit unserem Körper zu bringen, können wir diese Harmonie und das Gefühl der Jugend bis ins hohe Alter bewahren.

Es ist uns ein Anliegen, diese Erkenntnisse weiterzugeben und Menschen zu einem harmonischen und erfüllten Leben zu verhelfen, ohne das es mit mehr Anstrengung verbunden sein muss.

Körper, Geist und Seele in Einklang bringen, das ist nicht nur der Weg der Zen - Meister. Im Gegensatz zu Vitalität und Gesundheit ist die Vorstellung von Glück sehr individuell und eine reine Ansichtssache. Wo siehst du die Grenzen und Möglichkeiten für Zeitgenossen, die sich nicht unbedingt mit intensiver sportlicher Betätigung, Meditation und veganer Kost usw. zufriedengeben möchten, wo erkennst du Parallelen oder einen Schwerpunkt in Bezug auf körperliche und geistige Vitalität?



Es gibt kein Richtig oder Falsch, kein Zuviel oder Zuwenig!

Wer heilt, hat Recht, am Ende des Tages zählt nur das, was jedem Einzelnen individuell Freude bereitet und glücklich macht. Ein Tagesabschluss, bei dem das, was funktioniert, integriert wird, ohne in Extreme zu verfallen, um den Zustand des Glücks zu erzwingen, ist eine wertvolle Option.

Ewiges Glück ist kein natürlicher Zustand, der anzustreben ist. Das Glück zu erleben, geht nur, wenn man auch die anderen Seiten des Lebens erlebt und annimmt. Die Herausforderung besteht darin, die Balance zwischen diesen beiden Zuständen zu behalten und die Diskrepanz nicht zu groß werden zu lassen.

Wenn wir uns jetzt in diesem Moment gemeinsam auf diese Zeilen konzentrieren dürfen, uns gegenseitig wertschätzen und nicht an das Morgen und Gestern denken müssen, erleben

an die Last der kommenden Stunden zu denken, dann tragen wir das Glück an unserer Seite, dass wir weiter hegen und pflegen können, wie ein zartes Pflänzchen, das unsere Hilfe benötigt, um zu wachsen und sich zu festigen, um Wurzeln zu schlagen.

Es gibt viele schöne Weisheiten oder besser gesagt Hinweise für alle Suchenden unter deinen Leserinnen und Lesern, wie man den Weg zu mehr Zufriedenheit, Gesundheit und Selbstverwirklichung gehen kann. Gibt es für dich eine besonders wertvolle „Weisheit“, die dich persönlich bereichert und inspiriert hat?

Eine Weisheit, die mich persönlich bereichert und inspiriert hat, lautet: „Es hat dich nicht zu interessieren, was andere über dich denken.“

Dieser Satz hilft mir, mich von den Vorstellungen der Gesellschaft zu lösen und mich antizyklisch zu verhalten. Indem ich mich nicht wie „die Lemminge“ verhalte, die der Gruppe folgen, nur weil es zum guten Ton gehört, verschaffe ich mir Freiräume, für die ich oft auch positiv darauf angesprochen werde. Diese Einstellung ermöglicht es mir, authentischer zu leben und meinen eigenen Weg zu gehen, ohne mich ständig von den Erwartungen und Meinungen anderer beeinflussen zu lassen.

Du selbst bist erfolgreich und lebst die Philosophie des Meisterplans, die du möglichst vielen Menschen nahebringen möchtest - etwas von deinem Glück, deinem Erfolg an andere zurückgeben, so hast du es genannt. Welche ist für dich die wichtigste Botschaft, die du in deinem „Meisterplan“ weitergeben möchtest und warum?

Unsere einleitende Erkenntnis, dass das Leben eigentlich sehr einfach ist, wir Menschen



Meisterliches handeln

Lebe heute so, dass du dir nicht sicher sein kannst, dass es ein Morgen gibt.

Erschaffe Dinge in einer Qualität, als ob du ewig leben würdest!

Dein Meister Taigen

DER
MEISTERPLAN.DE



wir das Glück im Moment. Wenn wir heute Abend zu Bett gehen, ohne ein Gedankenkarussell zu haben, das uns am Einschlafen hindert und morgens mit einem Wohlgefühl aufwachen und uns auf den Tag vorbereiten, ohne

aber oft dazu neigen, es kompliziert zu gestalten, birgt viele Möglichkeiten für ein Leben voller Glück, Vitalität und Selbstbewusstsein. Die Weisheiten der ältesten Schriften dieser Welt wurden von Menschen verfasst, die keine Götter waren. Sie standen vor denselben Herausforderungen und suchten nach Wegen, ihr Leid in Freude zu verwandeln. Lasst das Leben leben und zerstört nicht den Moment mit Erwartungshaltungen und Bewertungen; dann wird sich das einfache Glück vor einem auftun, oft unverhofft aber dafür sehr oft.

Wie wir erfahren haben, wird es eine Fortsetzung des Meisterplans geben. Was dürfen wir erwarten und gibt es dazu schon einen Zeitplan?

Ja, die positiven Rückmeldungen und Ermutigungen, einen weiteren Meisterplan zu veröffentlichen, haben Meister Taigen, Huan den Panda und mich motiviert, noch mehr Weisheiten zu teilen. Nachdem wir uns im ersten Meisterplan auf die Findung von Glück, Vitalität und Selbstvertrauen konzentriert haben, werden wir im nächsten Meisterplan den Weg zu unseren Wünschen und Zielen auf dem goldenen Mittelweg erkunden.

Auch dieser Weg wird von inspirierenden Weisheiten, praktischen Anwendungen und motivierenden Erzählungen gepflastert sein. Im Mittelpunkt steht wieder die Erkenntnis, dass das Wesentliche nicht in umfangreichen Texten und Wissen zu finden ist, sondern in der Essenz und in der Handlung, im Tun. Auch dieser Meisterplan wird in Form eines Hörbuchs mit zwei authentischen Sprechern (Meister Taigen und Erzähler), als Hardcover, Softcover und E-Book erhältlich sein.

Die Veröffentlichung wird im Frühjahr 2025 stattfinden.

Info: An dieser Stelle darf ich etwas verkünden, was sicher auch unserer Leserinnen und Leser erfreuen wird. Wie werden in regelmäßigen Abständen Zoom Meetings anbieten, in denen Fans und Interessierte die näher kennenlernen und Fragen stellen dürfen. In diesen Onlinetreffen gibt es ausführliche Infos zum Meisterplan und zu dir als Verfasser. Zusätzlich erhält die/der 1. und 7. Teilnehmerin oder Teilnehmer in jedem Meeting ein Buch mit Widmung geschenkt.

Infos zur kostenfreien Teilnahme an den Meetings:

<https://vgk-medienverlag.de/top-deals/>

Lieber Boris, möchtest du unseren Leserinnen und Lesern an dieser Stelle noch etwas zu unserer gemeinsamen Aktion oder allgemein mit auf den Weg geben?

Unsere Mission, Menschen glücklich zu machen, ist uns eine Herzensangelegenheit.

Aus diesem Grund freut es uns umso mehr, wenn wir die Leser auch einmal persönlich kennenlernen dürfen und uns auch individuell austauschen, um gegenseitig zu lernen. Dabei wird uns Meister Taigen mit seinen inspirierenden Erzählungen und Weisheiten begleiten. Es ist uns wichtig, Anregungen zu finden, um gemeinsam ein Leben voller Glück, Vitalität und Selbstbewusstsein zu führen. Bis dahin wünsche ich jedem alles Gute und bleibt glücklich!

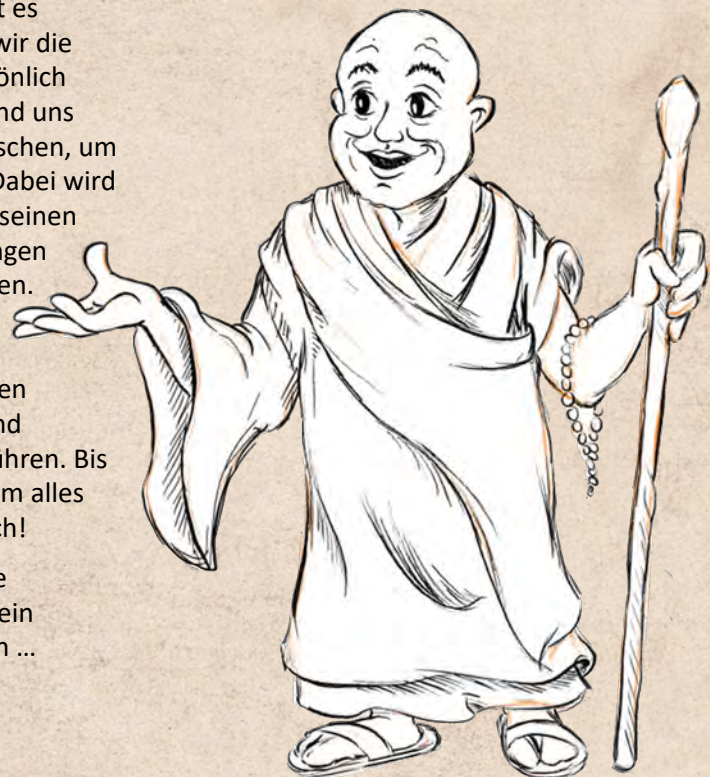
Mehr erfahren und eine zusätzliche Chance auf ein signiertes Buch erhalten ...

Vielen Dank für das interessante Gespräch. Wir sind alle gespannt, wie es weitergeht und wünschen dir, lieber Boris, weiterhin viel Erfolg!

Weitere Informationen zum Meisterplan ...

Natürlich könnt ihr euch auch direkt an „Boris Simon“ (Autor) wenden und/oder seine überaus informative Seite „zum Meisterplan“ besuchen. Hier kann das Buch - neben der ausführlichen Leseprobe – über verschiedene Anbieter auch bestellt werden.

<https://www.der-meisterplan.de/zum-meisterplan>



Boris Simon

DER MEISTER PLAN



für ein Leben voller
**Glück, Vitalität
und Selbstbewusstsein**

Fernöstliche Weisheiten treffen auf westliches Denken
Fernöstliche Gelassenheit trifft auf westliches Handeln

Aktio

