

«Herz und Verstand verbinden»

Bremgarten: Vortrag und Podium zum Thema «Glück ist kein Zufall»

160 Personen kamen in die Mehrzweckhalle der St. Josef-Stiftung zur Veranstaltung der Pro Senectute Aargau. Der temperamentvolle Referent Ernst Wyrsh begeisterte mit Tipps und Strategien zum Schmieden des eigenen Glücks.

Bernadette Oswald

«Ich kann Ihnen nicht sagen, was Sie tun müssen», stellte Ernst Wyrsh gleich zu Beginn klar. Aber er wolle das Publikum zum Nachdenken über das eigene Glück anregen. «Darum geht es heute.» Er freute sich, dass so viele Männer anwesend waren. Da sei eine Zeitenwende im Gang. «Auch die Männer beginnen, in ihrem Leben immer mehr Herz und Verstand zu verbinden», wusste Wyrsh.

Der Mitbegründer der «Glücksakademie» ist seit fünf Jahren mit Seminaren und Vorträgen zum Thema «Glück» unterwegs. Der in Dottikon aufgewachsene Hotelier leitete wäh-

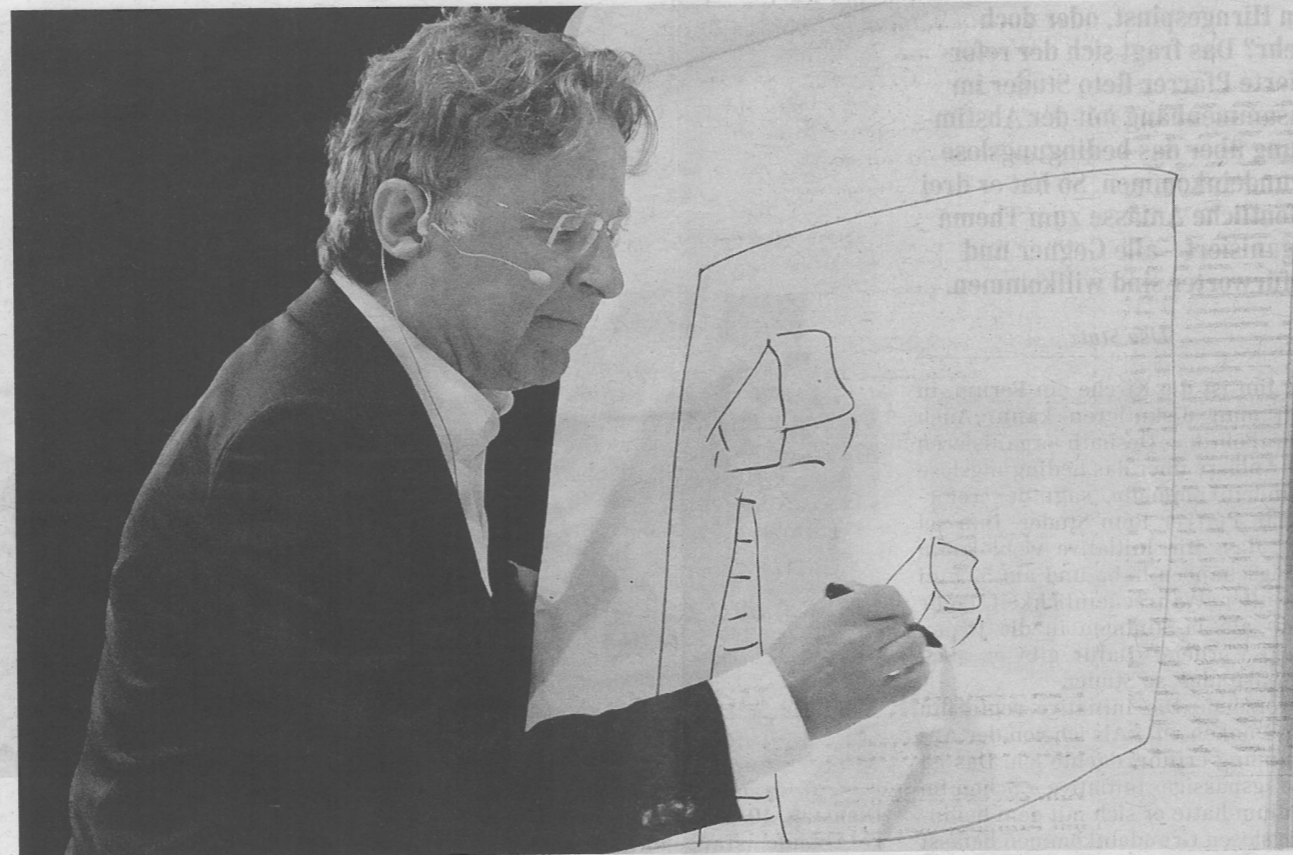
«Seien Sie kein Newsjunkie

Ernst Wyrsh

rend fünfzehn Jahren sehr erfolgreich das Grandhotel Belvédère in Davos. 2011 nahm er seinen 50. Geburtstag zum Anlass für einen beruflichen Neustart. Die Grundausbildung als Hotelier sei für seine jetzige Tätigkeit ideal, sagte er dazu. «Menschen glücklich zu machen ist ja die Kernkompetenz jedes Hoteliers.»

Aufruf zu mehr «Ich-Zeit»

Mit viel Herzblut und Humor referierte Wyrsh beispielsweise über das Suchen der Lebensgesetzmässigkeiten, über den Mut, in den eigenen Spiegel zuschauen, über das Führenlernen des inneren Schweinehunds, über die unsichtbaren Rucksäcke, die heute viele Leute mit sich herumschleppen, oder über die eigene Ausstrahlung. «Was Sie ausstrahlen, bekommen Sie genau gleich zurück.» Jeder könne seine Hebel neu ausrichten, wenn er wolle. Man müsse dafür



Ernst Wyrsh würzte seine Aussagen immer wieder mit einer Prise Humor und er veranschaulichte sie auch mit Zeichnungen.

Bild: Bernadette Oswald

das Leben nicht täglich auf den Kopf stellen, aber stetig dranbleiben. «Kommen Sie mit sich ins Reine», forderte er.

Wyrsh plädierte auch für mehr «Ich-Zeit» und weniger Spannungszeit. «Ich-Zeit», in der nichts getan oder geleistet werden muss. Das sei keine «Ego-Zeit», sondern Zeit für Entspannung – und darauf habe jeder ein Anrecht. Ein Burn-out oder ein Herzinfarkt zeige, dass die «Ich-Zeit» aus dem Leben gestrichen wurde. «Menschen, die gut zu sich schauen, werden zum Glücksfall.»

«Ich liebe das Relaxen»

Zum Abschluss seines Vortrags gab er viele praktische Tipps. «Nehmen Sie nur die Bälle auf, die Ihnen gut tun. Machen Sie einen Bogen um negative Typen. Seien Sie kein Newsjunkie. Belohnen Sie sich selber. Sagen

Sie mehr Ja zu sich und mehr Nein zu den anderen. Schlafen Sie mit guten Gedanken ein.»

Sandra Schiess, Moderatorin bei SRF1, führte durch die Podiumsdiskussion. Teilnehmende waren Beatrice Spiess und Evi Isler, die als Steuerberaterin und Sportgruppenleiterin bei Pro Senectute Aargau tätig sind, sowie der Referent. Auf die Frage, was sie glücklich mache, antwortete Evi Isler, sie liebe das Relaxen. Unterdessen könne sie das ohne schlechtes Gewissen geniessen, was aber eine lange Entwicklung gebraucht habe. «Ich liebe Aquafit», nannte Beatrice Spiess ihren Glücksbringer. Besonders jetzt mit dem Privileg des Alters, wo mehr Zeit zur Verfügung stehe, um nach dem Sport noch fröhlich zusammensitzend. In der Diskussion ging es auch darum, wie die beiden Frauen nach Schicksalsschlägen zum Leben zurückgefunden haben. «Dass

ihnen das gelungen ist, strahlen sie aus. Sie sind der Altersbitternis entkommen», so der Referent.

«Es traf auf uns zu»

Beim anschliessenden Apéro fand das Buch von Ernst Wyrsh «Mit Herzblut – Vom Gastgeber zum Glücksbringer» reissenden Absatz. Diana Müller, Mitglied der Geschäftsleitung Pro Senectute Aargau, freute sich über den inspirierenden Abend. Sie erklärte, die Veranstaltung habe im Rahmen des Jahresthemas «Glück» stattgefunden.

Zum Vortrag sagte ein Ehepaar schmunzelnd: «Wir haben uns bei gewissen Erklärungen gegenseitig gestüpft, weil es auf uns zutrifft.» Einer Frau imponierte besonders die Aussage, dass jetzt endlich auch die Männer innere Veränderungen zulassen.

RÜSSTÜFELI

Nichts war mit der Eröffnung des Freibads am nächsten Montag. Ein grosses Leck in den Rohrleitungen hat den frühen Start in die Freibadsaison verhindert. Die Verantwortlichen suchen fieberhaft nach der schadhafte Stelle. Diese zu finden ist gar nicht so einfach. «Wir haben rund 350 Meter Rohrleitungen», sagt Betriebsleiter Jens Kemper. Um das Leck lokalisieren zu können, müssten Spezialisten auf den Platz. Nur: Diese haben meist einen vollen Terminkalender und sind nicht von der einen auf die nächste Minute zu haben.

Die Mitteilung zum Leck in den Rohrleitungen traf am letzten Montag bei der Redaktion ein. Verschickt hatte die Mitteilung die Stadtkanzlei – mit dem Hinweis, dass der Betriebsleiter für weitere Auskunft zur Verfügung stehe. Nur: Der Betriebsleiter war am Montag gar nicht erreichbar, weil abwesend. Seis drum, er hätte eh nicht mehr sagen können, als in der Medienmitteilung stand.

Während sie in der Badi auch am Dienstag fieberhaft nach dem Leck suchten, referierte Ernst Wyrsh nebenan in der Mehrzweckhalle der St. Josef-Stiftung zum Thema «Glück». Dabei kam der Humor nicht zu kurz. Manchmal gehe es einfach um das richtige Fragen, sagte Wyrsh in seinem Referat. Als Beispiel führte er zwei Mönche an, die sich beim Abt nach Raucherzeiten erkundigten. Der eine fragte, ob er beim Beten rauchen dürfe, und bekam die Antwort: Nein. Der andere fragte, ob er beim Rauchen beten dürfe, und bekam ein Ja.

Sein «Glück» hat sich Nationalrat Andreas Glarner aus Oberwil-Lieli hart erarbeitet. Im Geschäftsleben und in der Politik. Nun kann er die Ernte einfahren: Er wird landesweit bekannt. So hatte er am letzten Freitag einen Auftritt in der Sendung «Arena» des