

# Leseprobe aus *Brainfucked – Hör auf zu warten, mach's endlich selbst*

Als ich dieses Buch schrieb, wollte ich kein weiteres Ratgeber-Werk erschaffen, das im Regal verstaubt. Mir ging es um etwas anderes: Ehrlichkeit, Klarheit, Handlung. Ich habe in über 30 Jahren Führung und Beratung erlebt, wie Menschen an ihren eigenen Zweifeln scheitern – und wie kleine Impulse plötzlich einen riesigen Unterschied machen können. Dieses Buch ist kein erhobener Zeigefinger, sondern eine Einladung. Eine Einladung, Motivation nicht länger als Zufall zu sehen, sondern als Entscheidung. Eine Einladung, heute den ersten Schritt zu gehen – egal, wie klein er ist. Wenn du bereit bist, wirst du merken: Dein innerer Motor kennt keine Grenzen. – Michael Nasswetter

## Kapitel 1 – Wenn der Regen Fragen stellt

Noah lebte in einer kleinen Wohnung im Kreis 4 in Zürich, unweit der Langstrasse. Ein Viertel voller Gegensätze: tagsüber Geschäftsleute im Anzug, abends das bunte Treiben aus Bars, Musik und Menschen aus aller Welt. Seine Wohnung war ordentlich – fast zu ordentlich. Ein graues Sofa, ein weißer Tisch, eine Zimmerpflanze, die schon bessere Tage gesehen hatte. Im Regal: Bücher. Viele davon ungelesen. Jedes war wie ein kleiner Hoffnungsschimmer gewesen – die Idee, dass er irgendwann darin blättern, sich inspirieren, etwas lernen würde. Doch die Abende liefen fast immer gleich: Laptop

auf, Mails checken, ein schnelles Abendessen. Und dann Netflix, um das Gefühl der Leere zu überdecken. Am Wochenende zog es ihn an den Zürichsee. Er liebte das Ufer, das Plätschern der Wellen, die Boote, die vorbeizogen. Manchmal stellte er sich vor, einfach selbst einzusteigen und loszufahren. Ohne Plan, ohne Ziel – nur dem Wind folgend. Doch genau das fehlte in seinem Alltag: ein Ziel, das größer war als er selbst.

## ■ Ein Gedanke, der alles verändern kann

Stell dir vor, du würdest heute nur eine Sache tun, die dich wirklich inspiriert. Nur eine. Vielleicht ist genau das der Moment, in dem Motivation aus Theorie Realität wird.