



tredition®

[www.tredition.de](http://www.tredition.de)



**Stefan Groll**

# **Mut zur Verantwortung**

**7 Impulse für ein wahrhaftigeres  
Leben**



tredition®

[www.tredition.de](http://www.tredition.de)

---

© 2020 Stefan Groll

Verlag und Druck: tredition GmbH, Halenreihe 40-44,  
22359 Hamburg

ISBN

Paperback: 978-3-7497-3741-3

Hardcover: 978-3-7497-3742-0

e-Book: 978-3-7497-3743-7

---

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.



tredition®

[www.tredition.de](http://www.tredition.de)



## **Wer ist Stefan Groll?**

Stefan Groll, der Mut Macher, der ver-rückte Freigeist von "UnternehmenMut", MutBotschafter und Unternehmer hat es sich zur Aufgabe gemacht, junge Menschen, junge Unternehmer, Menschen in Krisensituationen, mutlose Menschen zu inspirieren und sie in ihrer Wirkung nach innen und außen zu (be)stärken. Seit über 12 Jahren beschäftigte sich Stefan Groll mit Menschen und deren Entwicklung. Er hat vielen Menschen helfen können, zu sich selbst zu finden und den eigenen Mut zu aktivieren.

Seine Intention war es immer, Menschen zu ermutigen, noch mutiger zu werden, um auch mit ihrer eigenen wahren Identität leben zu können. Durch seine ruhige, klare, ehrliche, angenehme und einfühlsame Art mit Menschen umzugehen, schafft Stefan oft in Kürze eine vertrauensvolle Atmosphäre. Seine mehr als 12-jährige Erfahrung erlaubt es ihm, den Menschen, vor allem den jungen und mutlosen zu zeigen, wie sie den Mut in sich aktivieren können.

Stefan Groll

# **Mut zur Verantwortung**

***7 Impulse für ein  
wahrhaftigeres Leben***



© 2020 Stefan Groll

Umschlag, Illustration: Kim Weber

Lektorat, Korrektorat: Edith Werdecker

Verlag & Druck: tredition GmbH, Halenreihe 40-44, 22359 Hamburg

ISBN

Paperback 978-3-7497-3741-3 (Paperback)

Hardcover 978-3-7497-3742-0 (Hardcover)

e-Book 978-3-7497-3743-7 (e-Book)

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

# Inhaltsverzeichnis

<b>Wer ist Stefan Groll?</b>	<b>7</b>
<b>Einführung</b>	<b>11</b>
<b>Die Basis</b>	<b>16</b>
<b>Kapitel 1</b>	<b>22</b>
<b>Kapitel 2</b>	<b>30</b>
<b>Kapitel 3</b>	<b>37</b>
<b>Kapitel 4</b>	<b>42</b>
<b>Kapitel 5</b>	<b>47</b>
<b>Kapitel 6</b>	<b>50</b>
<b>Folgende Übung...</b>	<b>52</b>
<b>Kapitel 7</b>	<b>65</b>
<b>Bonus Kapitel</b>	<b>68</b>
<b>Das Ende naht</b>	<b>72</b>
<b>Danksagung</b>	<b>76</b>
<b>Anhang</b>	<b>80</b>

*Mit Mut fängt  
alles an!*

# Einführung

## Wissen Sie?

Es gibt Zeiten, da ist es wichtig zurückzuschauen, um für etwas Verantwortung zu übernehmen. Ich weiß auch, dass Verantwortung ein sehr schweres Wort ist und wie eine Last auf Sie wirkt. Deswegen schreibe ich dieses Buch, nicht weil ich Ihnen die Last nehmen kann oder ich Sie weiterhin damit beschweren mag, sondern weil ich Ihnen dadurch die Möglichkeit gebe, sich selbst von dieser Last zu befreien. Dazu müssen Sie dennoch erst einmal erfahren, welche Last durch die Verantwortung, die nicht Ihre ist, auf Ihren Schultern lastet. Ich lade Sie dazu ein, Ihre Verantwortungsbereiche aus der Vergangenheit genauestens zu überprüfen. Und ich meine mit Vergangenheit nicht nur die mehrere Jahre zurückliegenden Situationen, sondern auch die Situationen, die gerade vor ein paar Sekunden, Minuten, Stunden Tagen und Wochen entstanden sind. Mein Anliegen ist es, Sie auf ihre zukünftigen Zuständigkeiten aufmerksam zu machen und die Verantwortung, die entweder noch bei Ihnen liegt oder die sie fälschlicherweise abgegeben hatten, wieder zu übernehmen. Damit erreichen Sie, dass Sie nicht mehr in dieser Schwere leben müssen, Sie nicht mehr verantwortlich sind, weil Sie es ja für sich anerkannt und dem Zuständigen sowie sich selbst über-

lassen haben. Sie haben quasi die Verantwortung über die Verantwortungen übernommen und somit haben Sie keine Verantwortung mehr.

Lesen Sie auf den nächsten Seiten, was ich mit Verantwortung und Eigenverantwortung meine und was es bedeutet, keine Verantwortung mehr TRAGEN zu müssen. Sie werden dann selbst erfahren, was alles danach passieren kann und welche Auswirkungen auf welche Bereiche es noch hat.

Es könnte jetzt sein, dass Sie Widerstand wahrnehmen und sich sagen, dass Sie ja immer Verantwortung übernehmen müssen und mussten - und, dass Sie nicht darum herkommen?!

Ja, in gewisser Weise stimme ich Ihnen zu. Dennoch werden Sie im Laufe des Buches erkennen, was der Unterschied zwischen Zuständigkeit, Verantwortung und Verantwortung verantwortlich übernehmen ist.

Wenn Sie sich darauf einlassen können, verspreche ich Ihnen, dass Sie Leichtigkeit verspüren und verstehen werden, was ich meine. Falls es nicht gleich zu Anfang für Sie greifbar ist, lesen Sie die einzelnen Passagen einfach nochmal durch, oder üben Sie sich auch durch dieses Buch in Geduld.

Darüber hinaus gebe ich Ihnen 7 Impulse an die Hand und führe Sie durch die Entmachtung einiger Anteile, die Wahrhaftigkeit und

letztlich zur eigenen Kraft. All dies ist notwendig, um nach diesem Buch ein mutigeres, verantwortungsbewusstes und lebendigeres Leben führen zu können. Ich benötige hier Ihre Zustimmung, und zwar nicht nur mir gegenüber, sondern besonders Ihnen gegenüber, dass Sie einverstanden sind, durch all diese Prozesse zu gehen. Es ist von absoluter Wichtigkeit, dass Sie sich darauf einlassen können. Denn es geht um Sie, - es geht um ihr Pflichtbewusstsein und um ihr Leben.

Nur durch Ihre Bereitschaft können Sie etwas verändern – und Sie wollen ja etwas verändern.

Nicht wahr?

Bereit?

Ok!

Dann beginnen wir gemeinsam mit dem ersten Teil dieses Buches. Er ist die Basis, damit Sie und ich die gleiche Ausgangslage haben

*Herzlich will-  
kommen  
in der Welt des  
Mutes*

## **Die Basis**

### **Wie geht es Ihnen?**

Wie fühlen Sie sich derzeit und wo drückt Sie der Schuh?

Vor allem in Bezug auf Verantwortung, Eigenverantwortung und ein mutigeres und lebendigeres Leben?

Was durchleben Sie gerade und WARUM ist dieses Buch gerade jetzt in Ihren Händen?

Stellen Sie sich diese Frage ganz bewusst.

All diese Fragen und Anschauungen sind Basis dafür, um durch dieses Buch zu gelangen, es zu verstehen und ein mutigeres, lebendigeres Leben zu führen. Dies kann dennoch nur geschehen, wenn Sie bereit sind, etwas aus einem völlig anderen Blickwinkel zu betrachten. Keine Angst, ich begleite Sie bis zur letzten Seite, und wenn Sie wollen auch darüber hinaus. Aber zuerst ist es wichtig, ja zu sagen zu diesem Buch - und sich zu öffnen für das, was kommt.

Spüren Sie die Bereitschaft in sich?

Es bedeutet, sich voll und ganz diesem Buch hinzugeben. Danach werden Sie sehen, was passiert.



Ich kann ihnen auch nichts versprechen. Das wäre zu vermessen, weil einiges oder sogar das meiste an Ihnen selbst liegt. Nur durch Ihr Mitwirken ist es möglich, dass dieses Buch für Sie ein Geschenk ist und damit ich Ihnen die 7 Impulse so vermitteln kann, dass Sie sie auch umsetzen bzw. für sich gewinnen können. Außerdem fängt es dann an, in Ihnen zu wirken, weil Sie Ihnen Raum gegeben haben.

## **Räume und Atmosphäre schaffen**

Als Basis verstehe ich auch, sich eine Atmosphäre zu schaffen, in der Sie ganz Sie selbst sein können, und vor allem sich einen Raum zu schaffen, in dem eine unendliche Entfaltung möglich ist.

Sie sehen, dieses Buch wird Ihnen nicht nur etwas über Verantwortung, Mut und Persönlichkeitsentwicklung erzählen, sondern Ihnen auch mitteilen können, wie Sie sich Räume (er)schaffen, die sich in ihnen entfalten können, damit Sie offen für alles in ihrem Leben sein können. Und das auch über dieses Buch hinaus.

Nichts wird Sie stören können, da Sie genau im Hier und Jetzt sind und sich für eine Veränderung in Ihrem Leben entschieden haben. Und nicht nur für eine Veränderung, sondern für ein lebendigeres und mutigeres Leben. Denn dies ist essenziell für alles, was auf Sie zukommen wird.

## **Es ist nicht die alleinige Wahrheit**

Ein weiterer Hinweis von mir ist, dieses Buch als Neutrum zu sehen und es, so gut es geht, in Ihr eigenes Wahrheitsbild zu implementieren. Was so viel bedeutet wie: Bücher, also auch dieses, nicht als die alleinige Wahrheit zu sehen, sondern vielmehr als ein weiteres Werkzeug, welches Sie auf einem Ihrer Wege begleitet. Dadurch besitzen Sie die Fähigkeit, sich noch mehr zu öffnen, um noch klarer alles aufnehmen zu können, was Sie lesen werden, weil es ein weiterer Teil Ihrer Wahrheit sein wird. Und wenn es nur Facetten aus diesem Buch sind, sie werden Ihnen nützen, weil Sie dadurch in der Lage sind, selbst zu entscheiden, was Sie mitnehmen wollen und was nicht. Das ist ein Teil Ihrer Ver-Antwort-ung

Warum ich das erwähne?

Ganz einfach, weil es viele Bücher gibt, die dogmatisch aufgebaut sind und somit vermitteln, dass ihr Inhalt die einzige Wahrheit ist und nichts daneben existieren darf. Bedenken Sie, es leben Milliarden von Menschen auf diesem Planeten, und jeder Mensch ist anders und einzigartig, - und das nicht nur in biologischer Hinsicht, sondern eben auch in seinem Denken. Und der Mensch in der heutigen Zeit lernt viel durch seine Spiegelneuronen, durch Annahme, durch Lernen, durch eigenständiges Denken

und durch das Implementieren neuer Wahrheiten in seinem eigenen System.

Sie sehen, Vorbereitung ist alles. Sie sorgt für Sicherheit, Entspannung und Klarheit. Und jetzt können wir entspannt in Kapitel 1 springen und mit dem Thema (Eigen-) Verantwortung starten.

Bereit?

Raum steht?

Atmosphäre geschaffen?

Tee geholt?

Ruhige Musik angemacht?

Dann kann es losgehen und ich lade Sie ein, mich ab jetzt noch viel intensiver zu begleiten.

Es geht los!