

Tipps, um richtig zu leben und alles nicht falsch zu machen

Man wäre hilflos und verloren, gäbe es die Ratschläge aus den Medien nicht: wie man eine Frau küsst, wie man dem Dackel das Bellen abgewöhnt, wieviele Kinder man haben sollte und wann Radieschen im Balkonbeet gepflanzt werden müssen. Ohne diese Hilfe wäre man so selbstständig, dass es gefährlich würde. Für sich und die Allgemeinheit. Für alle, die solche Lebenshilfe nicht so recht ernst nehmen, hier die klügsten und besten Anleitungen zum Glücklichsein zusammengefasst:

Papierloses Büro

- ▶ Papierberge vermeiden! Das vermüllt unsere Umwelt. Werfen Sie alle Unterlagen sofort weg, sobald Sie diese gelesen haben. Machen Sie aus Sicherheitsgründen davon vorher jeweils eine Kopie und scannen Sie diese im Computer ein. Danach die Festplatte ausbauen und in den Kleiderschrank legen, als Schutz vor Dieben und Datenklau.

Tagesablauf

- ▶ Beginnen und erleben Sie den Tag in aller Ruhe, ohne Hektik. Morgens um drei Uhr aufstehen und leichte Meditationsübungen. Ab fünf Uhr raus in den Wald und Jogging oder Hundetraining; wer ein Pferd hat, kann auch das Frühstück zusammen mit ihm im selbstgebauten Indianercamp einnehmen. Am besten vor dem Gang zur Arbeit 6 heikalte Wechselbäder und auf keinen Fall mehr als zwei Spiegeleier. Machen Sie für vormittags am besten Termine bei Masseur und Friseur, Coiffeur und Likör, nachmittags sind dann Bank, Autowerkstatt und ein Gespräch beim Mental-Coach angesagt. Basteln Sie tagsüber fleißig an ihrer Karriere, denn die Nacht gehört der Liebe und der Direktübertragung der Fußballspiele. Kein belastendes Essen mehr nach 22 Uhr, danach ab auf die Party-Piste, damit Sie morgens wieder fit sind ... siehe oben.

Umgangsformen

- ▶ Seien Sie in Ihrer Korrespondenz – auch Emails – sehr persönlich. Das kommt gut an und zeigt Sie als kompetent-kommunikativen konsequent-kennntnisreichen Mitmenschen, der von Kollegen, Chefs, Abhängigen, Nachbarn sowie Freunden und Feinden sehr geschätzt wird. Schreiben Sie nicht, wie die anderen, „Sehr geehrte Damen und Herren“, sondern reden Sie nicht drum herum, kommen Sie gleich zur Sache: „Sie Drecksau“ oder „Ihr Arschlöcher vom Finanzamt“ – behutsame Wortwahl, aber individuell dosiert. Streichen Sie das übliche „Mit freundlichen Grüßen“, formulieren Sie lieber „Leck mich doch“ oder „Verpissen Sie sich“. Solche direkten Aufforderungen werden als Anregung immer gerne entgegengenommen.

Kindererziehung

- ▶ Kinder müssen unbedingt wissen, wer das Sagen im Haus hat. Brüllen Sie diese deshalb beizeiten an, damit sie schon im Säuglingsalter die Stimmen ihrer Lieben unterscheiden können. Drehen Sie im Auto das Radio auf „maximal“, damit Ihre Kinder schon von klein an Discolärm gewohnt sind und später keinen Kulturschock in der Tagesstätten-Kidsdisco bekommen.

Selbstbewusstsein

- ▶ Keine Angst vor Kollegen und Vorgesetzten. Zeigen Sie immer deutlich Haltung und beteiligen Sie sich aktiv an allen vertraulichen Gesprächen. Gut ist, gleich nach Antritt einer Arbeitsstelle sich nach der Möglichkeit zu erkundigen, in einen Kreis der Intriganten aufgenommen zu werden. Falls Sie mit Hilfe des Betriebsrates keinen ausmachen können, gründen Sie einen! Verantwortliche Initiative wird von Ihren Chefs immer gerne gesehen. Klare Karrieregespräche sind immer von Vorteil. Teilen Sie Ihrem unmittelbaren Vorgesetzten öfters mit, wie stark Sie an seinem Stuhlbein zu sägen gerade am Werke sind. Lassen Sie keine freundschaftlichen Gefühle zu Ihnen unterlegenen Mitarbeitern aufkommen, bei Betriebsfesten

bleiben Sie bei Cola und geben zu Lasten der Sozialkasse des Unternehmens Lokalrunden, das hebt Ihre Beliebtheit. Vorsicht vor Stinkefinger zeigen, das hat manchem schon Unannehmlichkeiten eingebracht. Formen Sie statt dessen Zeigefinger und Daumen zu einem Kreis. Vermeiden Sie dabei, „Arschloch“ zu zischeln, es könnte jemand mit Hörgerät in der Nähe sein, der Sie dann verpfeift.

Autos

- ▶ Sinnvoll sind schwarze Audis, nur so kommen Sie auf der Autobahn rechtzeitig zum Meeting die 560 km voran. Denken Sie daran, gleich bei der Bestellung die Dreifach-Lichthupe zu ordern. Bei Perl-Versand und Conrad und anderen gibt es illegale Blaulichter zum Aufsetzen auf dem Dach. Aber bitte vorsichtig verwenden, bei Nässe glitzern Sie sehr stark und können Einsatzfahrzeuge blenden. Geben Sie in Staus nie nach, Ihre Schwäche könnte von Lückenspringern ausgenutzt werden. Die Stoßstange des Vorderwagens ist immer ihre Ziellinie und Messlatte. Denken Sie daran, dass Geschwindigkeitsbeschränkungen und Überholverbote ausschließlich für gemütskranke und nervenschwache Menschen aufgestellt werden – also bitte nicht auf diesen billigen Trick der Abzocke-Behörden und ihrer Radarfallen hereinfallen. Für ganz Gewissenhafte: Nur Vollgas fahren nützt der Mineralölwirtschaft und dem Finanzminister wirklich; bedenken Sie deren Einnahme-Qualitäten und halten Sie sich an die höchstmögliche Tourenzahl ihres 400-PS-Antriebsaggregats.

Gesunde Kost

- ▶ Kaufen Sie nicht nur im Supermarkt. Unterstützen Sie örtliche Bauern. Zum Beispiel durch Kauf von Senfsamen, Eiern und Kaninchenteilen. Garen Sie die Kaninchenteile nach dem Enthäuten 7 Stunden bei mittlerer Hitze in reichlich Rotwein, den Sie mit 1 Liter Cognac abschmecken. Gleichzeitig Eier langsam hartkochen, Schalen aufbrechen und zwei Tage in handwarmen Whiskey lagern (Eier müssen vollständig bedeckt sein). Den Whiskey dann für einen Blumendünger verwenden; denken Sie daran, dass auch Sie eine seltsame Pflanze sind und Düngung benötigen. Eier vollständig von Schale befreien, mit Senfsamen im Mixer unter Beigabe von reichlich Wodka, Ouzo und Bärwurz zu einem Brei schlagen, in den dann die vom Knochen abgelösten Kaninchenteile gelegt werden. Zugedeckt 8 Tage stehen lassen, in den Gemüsegarten stellen und beobachten, dass von nun an jegliches Ungeziefer die Beete meidet. Von den so gesund wachsenden Pflanzen können Sie sich dann während des langen Winters ernähren und behalten Ihre Abwehrkräfte.

Ach, Sie glauben das alles nicht? Dann lesen oder sehen Sie wahrscheinlich nie Illustrierte, Bunte Blätter, die Bildzeitung oder PR-Meldungen in allen Zeitungen, Zeitschriften und dem Fernsehen. Übrigens: Marmelade hält sich im Glas länger frisch, wenn man gleich nach dem Öffnen Honig darüber schüttet. Maden, die sich im Inneren befinden, bekommen so keine Luft mehr und gelieren zu Gummibärchen.

Täglich 84 Stunden

Eine empirische Studie ergab:

- ▶ Sammeln Sie 1 Jahr lang alle Tipps über Ernährung und Gesundheit, Kindererziehung und Gartenpflege, Essenzubereitung und Umgang mit Demenzkranken, Vorbeugung gegen offene Beine und Hobbys, die man auch im Dunklen ausüben kann, dann werden Sie ...
- ▶ ... bei Befolgung aller Tipps täglich nur 84 Stunden brauchen, um sich wohl zu fühlen, fröhlich und ein guter Mensch zu sein. Um ...
- ▶ ... zur Arbeit zu gehen, ... sich ausgiebig der Familie zu widmen ...
- ▶ ... und auch einmal reinweg nichts zu tun, die Seele baumeln zu lassen, ...
- ▶ ... anschließend gehen Sie früh zu Bett und schlafen lange durch.
- ▶ Bis zum nächsten 120-Stunden-Tag.