



**Margit S. Gascho**  
„Balsam für die Seele“



Roland Arndt  
unterstützt als Trainer, Coach und  
Strategieberater seine Kunden in den  
Bereichen Motivation, Führung und Neu-  
kundengewinnung. [www.roland-arndt.de](http://www.roland-arndt.de)



Margit S. Gascho  
trainiert ihre Kunden, die inneren  
Quellen der Kraft, im beruflichen  
und im privaten Leben, weise an-  
zuwenden. [www.gascho-balsam.de](http://www.gascho-balsam.de)

## „Ein kraftvoller Schritt in ein erfülltes Leben“

### Roland Arndt im Gespräch mit Margit S. Gascho

**R. Arndt: Schön, dass es mit unserem Gesprächstermin geklappt hat, liebe Frau Gascho. Sie setzen sich dafür ein, dass viele Menschen ihre eigenen Stärken und in der Konsequenz ein neues Lebensgefühl für sich gewinnen. Von welchen Problemen sind wir Menschen in der heutigen Zeit denn besonders betroffen, von denen viele sich möglichst schnell verabschieden möchten?**

M. Gascho: Das Hauptproblem der Menschen, nicht nur in der heutigen Zeit, ist weniger in Ereignissen, Umständen, Situationen oder Schwierigkeiten mit anderen Personen zu suchen, sondern vielmehr in den eigenen Denk- und Verhaltensweisen. Dort finden wir die Ursachen für die Art und Weise, mit der wir an die Herausforderungen unseres Lebens herangehen.

Die Qualität unseres Bewusstseins, also mit welchen Gedanken, Gefühlen, Worten, Entscheidungen und Handlungen wir an die Bewältigung unseres Lebens herangehen, entscheidet über Misserfolg oder Erfolg.

Solange wir glauben, die Veränderung müsse von außen auf uns zukommen, machen wir uns zu sehr von Situationen und unseren Mitmenschen abhängig, die wir nicht kontrollieren können.

Jeder von uns kann lernen, sich mit Hilfe seiner inneren Quellen der Kraft um die Lösungen eigener Probleme zu kümmern. Wenn wir eine Komplett-Lösung von außen erwarten, statt sie in unserem Inneren zu finden, geben wir Macht und Kraft nach außen an andere Menschen und deren Entscheidungen ab. Das Ergebnis ist dann meist Unzufriedenheit, Hilflosigkeit und oft auch Unfähigkeit, sein Leben bewusst selbst in die gewünschte Richtung zu lenken.

Wir müssen lernen, nach innen zu gehen, die Ursachen für die Probleme zu suchen und sie dauerhaft zu lösen. Wenn wir lernen, uns um unsere Angelegenheiten und um die Lösung der eigenen Probleme zu kümmern, übernehmen wir auch die Verantwortung für unser Wohlbefinden im Leben.

In jedem von uns ist ein großes Kraft - Reservoir verborgen, das wir kaum kennen und somit auch nicht wirklich „angezapft“ haben. Es ist an der Zeit, dass wir lernen, wie wir es zur Lösung der alltäglichen Herausforderungen im beruflichen und privaten Leben nutzen können.

### **R. Arndt: Warum schafft es kaum jemand, sich selbst zu coachen und seine persönlichen Probleme in zufrieden stellende Erfolge zu verwandeln?**

M. Gascho: Dies ist genau das Ergebnis unserer Orientierung nach außen. Sich selbst zu coachen erfordert eine eigenverantwortliche Hinwendung nach innen. Wenn wir das tun, begreifen wir unsere Gedanken und Gefühle besser und erkennen dadurch, wie Probleme in unser Leben kommen und wie wir sie selbst wieder „ent-lassen“ können.

Sich nach innen wenden hat auch noch einen ganz anderen Reiz. Denn der beste Coach, den jeder von uns in seinem Leben finden kann, ist im eigenen Inneren verborgen! Dieser Coach steht uns in jedem Augenblick zur Verfügung! Wir müssen nur wissen wie ... und dabei helfe ich meinen Klienten sehr effektiv.

Diese Ebene menschlichen Seins ist das Wertvollste, das wir finden können. Der Zugang zum inneren, wahren Selbst ist schwer zu beschreiben, doch mit entsprechender Hinwendung und Übung ist es erfahrbar, einzigartig und unvergleichlich wertvoll für ein erfülltes Leben.

Mit dem Zugang nach innen entwickeln wir neue Fähigkeiten, u.a. sich selbst zu führen, zu motivieren und sich Rat, Hilfe und Orientierung für Lösungen von innen zu erlauben und aktiv zu holen.

**R. Arndt: Das klingt spannend und einfach zugleich. Viele Leser stellen sich vielleicht jetzt die Frage nach dem Wie: Wie genau gehen Sie vor, um die Menschen mit ihrer eigenen inneren Kraft bekannt zu machen?**

M. Gascho: Über einen Zeitraum von mehr als zehn Jahren habe ich zusammen mit meinem Freund, einem Unternehmensberater aus Oberursel, den „Balsam für die Seele“ – Weg entwickelt. Es sind kraftvolle Schritte in ein erfülltes Leben.

Dieser Weg folgt den Zielen:

1. Die Vergangenheit ordnen
2. Die Gegenwart meistern
3. Die Zukunft gestalten

Der Zugang nach innen ist sehr individuell zu erreichen. Daher bedarf es eines Schutzrahmens, der innerhalb des Einzeltrainings gegeben ist. Im Mittelpunkt steht der Mensch mit seinen ganz persönlichen Themen, Talenten, Zielen und auch Konflikten.

Bewährt hat sich der „Balsam für die Seele“ - Weg in regelmäßigen Intervallen. Meist beträgt der Abstand von einem zum anderen Training 14 Tage oder einen Monat, so dass das Gelernte in der Zwischenzeit im Alltag angewendet und erprobt werden kann. Ich arbeite überwiegend in meinen Räumen in Hepberg oder begleite die Menschen auch per Telefon, wenn es nicht möglich ist, persönlich zu mir zu kommen.

**R. Arndt: Wie lange dauert Ihre Begleitung? Ich kann mir vorstellen, dass es beim einen mit 2 oder 3 Trainings getan ist und beim anderen vielleicht länger dauert, bis sich nachhaltige Erfolge einstellen ...**

M. Gascho: Das kommt darauf an, wie weit dem Menschen die innere Arbeit bereits vertraut ist. Wer darin geübt ist, braucht sicher weniger Zeit. Fortschritte stellen sich für jeden sehr schnell ein, der eine Veränderung möchte. Für die meisten erstreckt sich das Training über einen Zeitraum von mehreren Monaten. Die Belastungen aus der Vergangenheit werden systematisch und ursächlich aufgelöst und in Stärken verwandelt. Die Menschen, die zu mir kommen, lernen ihr wahres Selbst erkennen.

Sie erfahren, wer sie in ihrem Inneren wirklich sind und erlernen eine Reihe bewährter Methoden, mit denen sie künftig ihre Probleme selbst lösen können.

Im Laufe dieses Trainings erhalten die Menschen wertvolle Einsichten und Erkenntnisse. Sie entwickeln ein „höheres“ Bewusstsein, neue Denk- und Verhaltensweisen und erfahren so wertvolle und anhaltende Veränderungen in ihrem beruflichen und privaten Leben.

**R. Arndt: Was möchten Sie Menschen zurufen, die endlich einen Weg in ein erfülltes Leben finden möchten und mit sich selbst und anderen in Harmonie und erfolgreich leben wollen?**

M. Gascho: Ich möchte ihnen zurufen, dass sie weit mehr Wahlmöglichkeiten für ihr Leben haben, als sie sich das vorstellen können. Im Inneren eines jeden Menschen ist die Kraft, um dieses Ziel zu erreichen!

Mit dem Zugang nach innen, dem ursächlichen Lösen von Konflikten und dem Einsetzen der neu erworbenen Fähigkeiten, wird das tiefste Bedürfnis nach einem erfüllten Leben gestillt. Sie entfalten das, was sie einzigartig, unverletzbar und unvergleichbar sein lässt und können so in Harmonie mit sich selbst und mit anderen Menschen leben.

**R. Arndt: Danke für dieses Gespräch, Frau Gascho. Ich habe das Gefühl, viele Menschen werden sich von Ihren Aussagen angesprochen fühlen und möchten nun mehr erfahren. Welche Möglichkeit gibt es, Ihre Arbeit näher kennen zu lernen und Kontakt zu Ihnen aufzunehmen?**

M. Gascho: Am besten über meine Website [www.gascho-balsam.de](http://www.gascho-balsam.de)  
Dort finden Interessierte weitere Informationen, ein kurzes Video von mir sowie die Möglichkeit, mit mir Kontakt per Mail oder Telefon aufzunehmen.