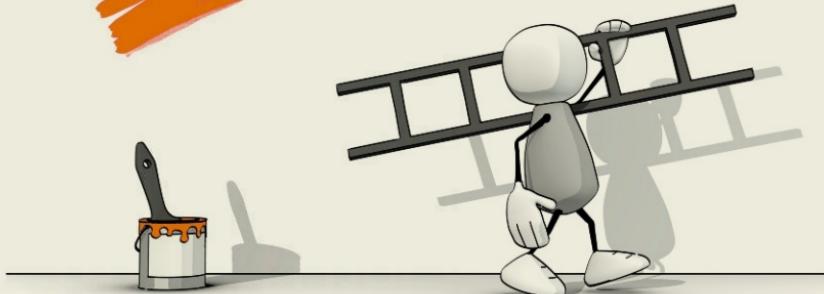


# Bau Dir Deine Zukunft

Silvia Ziolkowski

Ein Anstiftungs- und Umsetzungsbuch für ein großartiges Leben

MÖGLICH



 Springer

**Bau Dir Deine Zukunft**

Silvia Ziolkowski

# Bau Dir Deine Zukunft

Ein Anstiftungs- und Umsetzungsbuch  
für ein großartiges Leben



**Springer Gabler**

Silvia Ziolkowski  
Erding, Deutschland

ISBN 978-3-658-12671-1      ISBN 978-3-658-12672-8 (eBook)  
DOI 10.1007/978-3-658-12672-8

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Springer Gabler  
© Springer Fachmedien Wiesbaden 2017  
Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.  
Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.  
Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen.

Einbandabbildung: (c) ullrich – Fotolia.com

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier

Springer Gabler ist Teil von Springer Nature  
Die eingetragene Gesellschaft ist Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH

*Gewidmet allen Menschen,  
die ihre Lebensträume verwirklichen wollen,  
und  
meinen Eltern Elfriede und Herbert Ziolkowski,  
die mich immer darin bestärkt haben, meinen Weg zu gehen.*

# Vorwort

Mit dem Hausbau ist das so eine Sache. Fertighaus von der Stange? Kann man machen: in einem Tag hingestellt, tausendfach erprobt, funktional brauchbar. Aber in den seltensten Fällen passt der Standard-Grundriss exakt auf die Bedürfnisse des Bauherrn. Es ist eine Lösung, aber kaum die optimale. Also ganz klar, dann die Traumhaus-Variante! Zum Beispiel einen Bauhaus-Kubus, mit schmalen Fensterschlitzten auf der einen, großer Panorama-Glaswand auf der anderen Seite, dazwischen viel roher Beton. Oder doch lieber Blob-Architektur, ein biomorphes, rundes Ding mit Lichteinlassrüsseln und Acrylglas Haut? Da schreien die Kritiker und Zweifler auf: Die Dinger sind teuer, ungewohnt, hatten wir noch nie, und man wird bei der Planung, Umsetzung und Renovierung sein blaues Wunder erleben.

Historisch betrachtet wäre es ein ziemliches Unglück, wenn die Kritiker und Zweifler immer Recht bekommen hätten. Überall stünden jetzt Fertighäuser, funktional, brauchbar,

## VIII Bau Dir Deine Zukunft

aber uniform. Große Visionen und große Projekte haben nun mal die Tendenz, aus dem Ruder zu laufen, länger zu dauern, Rückschläge zu erleiden. Dafür können sie aber auch einmalig werden. Der Kölner Dom zum Beispiel ist das dritthöchste Kirchengebäude der Welt und die meistbesuchte Touristenattraktion Deutschlands; sein Bauzeitenplan ist allerdings einigermaßen verheerend. Im 13. Jahrhundert baute man runde 130 Jahre an dem Gotteshaus und ließ die Arbeit dann mal gute 400 Jahre liegen, um Mitte des 19. Jahrhunderts noch mal 40 Jahre Bauzeit einzuschieben und den Dom endlich fertigzustellen. Mitte des 19. Jahrhunderts hielten das viele Kölner für gnadenlose Geldverschwendung, heute würde den Dom wohl keiner mehr hergeben.

Oder nehmen wir als Beispiel Paris: Was ist *das* Symbol für die Stadt an der Seine? Der Eiffelturm, richtig. Wäre es nach den Kleingeistern gegangen, dann hätte es den markanten Turm nie gegeben. Einige Zeitungen liefen Ende des 19. Jahrhunderts Sturm, als man die Pläne für den Bau verkündete. Man verschandele die Stadt, Großmannssucht und Fantasereien würden sich hier Bahn brechen ... lauter bekloppte Träumer. Binnen weniger Jahre wurde er von der „Tragischen Laterne“ zur „Eisernen Dame“. Der Eiffelturm gehört jetzt so sehr zur Pariser Identität, ist so sehr Teil des Bestehenden, dass man mit ihm mittlerweile nichts Wildes oder Neues mehr machen darf. Als ein Ingenieurbüro vorschlug, den Turm für einige Jahre komplett zu begrünen, als Zeichen für das neue, grüne, ökologische Zeitalter, waren fast wortgleich die gleichen Tiraden zu hören wie beim Bau des Turms.

Und noch ein Beispiel: Die Oper von Sydney wurde 1973 mit Beethovens Neunter eröffnet, allerdings ohne Architekt. Der geniale Jørn Utzon hatte da sein „Traumhaus“, Sydney und Australien schon längst wütend verlassen. Und in Syd-

ney war das Bauwerk äußerst umstritten und ausgesprochen unbeliebt. Dass wegen der innovativen Dachschalenkonstruktion die Statiker immer noch rechneten, während schon längst gebaut wurde, und die Kosten statt bei den geplanten 3,5 Mio. Pfund dann bei 50 Mio. Pfund lagen, trug auch nicht gerade zum Jubel der Bevölkerung bei. Dazu noch eine um acht Jahre längere Bauzeit. Und heute? Heute steht die Oper auf der Welterbeliste der UNESCO, wird von allen bewundert und ist Sydneys Wahrzeichen.

Falsch wäre es deshalb, nur überschaubar, klein und funktional zu bauen und zu träumen. Nein, ganz im Gegenteil: Planen Sie groß, seien Sie Visionär, trauen Sie sich das Verrückte, seien Sie bekloppt!

Was wäre unser Leben ohne Träume und ohne verwirklichte Träume? Es geht darum, Träume zu formulieren, und Träume sollten, ja müssen größer sein als das, was die Wahrscheinlichkeit umsetzbar erscheinen lässt, sonst wären es keine Träume, sondern die Arbeitsplanung für nächste Woche. Träume sind immer wieder Mutproben, denn keiner sagt, dass diese Visionen sich eins zu eins in die Tat umsetzen lassen, aber sie sollten faszinierend und stark genug sein, um Ihnen Kraft zu geben, auch dann weiterzugehen, wenn der Weg steil bergauf führt.

Und Rückschläge gehören zu großen Träumen einfach dazu. Das ist nichts, was einen verzweifeln lassen sollte, sondern ein Umstand, den das Leben und angemessen große Träume nun mal so mit sich bringen. Klar, mit dem Fertighaus hätten Sie es einfacher, aber das ist eben eine Durchschnittslösung, ein bisschen 08/15. Finden Sie sich nicht damit ab. Bauen Sie kein 08/15-Haus. Richten Sie sich nicht behaglich in der Unzufriedenheit ein.

Mein ganz persönlicher Tipp für alle „Häuslebauer“: Zweifler, Neider und Kritiker wird es immer geben. Hören Sie sich ihre Beiträge an, wägen Sie ab und holen Sie sich Kraft aus Ihrem Träumermodus. Es ist Ihr Haus, und Sie entscheiden, was zu tun ist. Denn Verteidiger des Bestehenden gibt es wie Sand am Meer. Es ist immer einfacher, das Alte zu verteidigen, als das Neue zu erfinden, es ist einfacher, den Propheten des Scheiterns zu geben, als Zukunftshäuser zu bauen. Der Mensch ist dem Neuen gegenüber skeptisch. Aber das böse Neue, das fremd, feindlich und furchtbar hässlich ist, wird dann ganz oft zum guten Alten, das so herrlich vertraut und schön daherkommt. Dafür sind der Kölner Dom, der Eiffelturm und die Oper von Sydney gute Beispiele aus der Baugeschichte.

Meine Lieblingsgeschichte für alle Zweifler stammt auch aus der „guten alten Zeit“ – als das Dampfschiff der neueste technische Traum war. Robert Fulton, ein US-Ingenieur, war der Erfinder des ersten wirtschaftlich erfolgreichen, zuverlässigen Dampfschiffs. Nach vielen Vorbereitungen war es so weit, dass er sein Boot testen konnte. Am Ufer beobachtete eine Menschenmenge die letzten Vorbereitungen. „Das fährt doch niemals!“, riefen viele Zuschauer den Männern auf dem Boot zu. Die arbeiteten unbeeindruckt und konzentriert weiter. Und endlich, inmitten von Dampf und sprühenden Funken, begann sich das Boot flussaufwärts zu bewegen. Die Menschen am Ufer waren still und beobachteten fasziniert das Schauspiel – aber nur kurze Zeit. Dann brüllten sie: „Das kriegt ihr nie mehr zum Stehen!“

Lassen Sie sich anstimmen, bauen Sie Ihre Zukunft – es ist möglich!

Margit Hertlein  
Rednerin, Trainerin, Autorin

# Prolog

Können Sie sich auch noch an Ihre erste eigene Wohnung erinnern? Ich kann! Es war ein „Wohnklo“ mit Schlafgelegenheit, in dem ich auf 25 Quadratmetern alles untergebracht hatte, was mich glücklich machte. Es war meins, und das war das Wichtigste. Ich weiß noch genau, wie happy ich war und wie großzügig mir mein Appartement vorkam. Dann kamen Dinge hinzu und es wurde enger, aber es war noch okay. Ein wenig umstellen, die ein oder andere zusätzliche Kiste verstauen, und es passte wieder. Doch nach und nach wurde mir die „Bude“ buchstäblich zu klein – ich bin einfach rausgewachsen. Sie hat nicht mehr zu mir gepasst, meine Ansprüche hatten sich verändert. Außerdem hatte ich bei Freunden gesehen, wie die wohnten, und da mochte ich meine eigene kleine Wohnung überhaupt nicht mehr. Dennoch war es eher ein schleicher Prozess als eine abrupte Erkenntnis, dass ich der alten Wohnung entwachsen war. Ich habe mich immer wieder arrangiert, weil es bequem war. Außerdem habe ich

den Aufwand des Umzugs und der Wohnungssuche gescheut. Also habe ich sie mir schöngeredet, meine kleine Umgebung, die aus allen Nähten platzte. Doch glücklich war ich nicht mehr. Vieles hat mich genervt. Dann kam der Punkt, der mir den letzten Anstoß gab: Ich hatte Besuch erwartet und mir Cordon Bleu mit Bratkartoffeln und Gemüse vorgenommen. Da ich nur einen Zwei-Platten-Herd besaß, musste ich ständig eins der Dinge vom Herd nehmen. Als ich das heiße Gemüse gegen die Kartoffeln tauschte, knallte es mir auf den Boden und – noch schlimmer – auch über die Füße. Wunderbar! Ich war so wütend, dass ich den Ofen ausgemacht habe und meinen Besuch ins nächste Restaurant einlud.

Keinen Tag wollte ich mehr vergehen lassen. Der Schmerz war größer geworden als die Bequemlichkeit. Ich hatte endlich genügend Energie aufgebaut, um mich auf die Suche zu machen. Ausgestattet mit dieser Entschlossenheit, fand ich schnell etwas Neues. Großzügig, hell und unfassbar schön. Ich fühlte mich wie im siebten Himmel. Nach dem Umzug habe ich mich des Öfteren gefragt, warum ich mich nicht schon längst auf den Weg gemacht hatte und so lange den unbefriedigenden Zustand ertrug.

Diese Erfahrung durfte ich später noch einmal machen. Gemeinsam mit meinem Partner bewohnte ich eine wirklich schöne Wohnung mit Balkon im Grünen. Wir hatten es uns bequem eingerichtet, auch wenn nicht alles ideal war und wir als Mieter so einiges hinnehmen mussten, was uns nicht gefiel. Schließlich kam eine gewaltige Mieterhöhung – und wir wollten nur noch raus! Außerdem fanden wir es charmant, dass die monatlichen Kosten zukünftig zur Abzahlung unseres Eigenheims dienen würden und das Geld so bei uns blieb. Besonders interessant war, wie wir uns dabei fühlten: Wir hatten eine Wohnung, die uns gehörte! Wir fühlten die Selbstbestim-

mung und die Gestaltungsmöglichkeiten, die wir hatten, aber auch die Entscheidungsnotwendigkeiten, die damit auf dem Tisch lagen. Es war nun ganz allein unsere Verantwortung, was wir mit der Wohnung machten. Wir konnten hier unsere Vorstellungen und Ideen ohne Vorbehalte umsetzen und jede Entscheidung treffen, soweit es unser Geldbeutel als jung verheiratetes Paar erlaubte. Das war eine tolle neue Erfahrung, die wir sehr genossen.

Und wieder habe ich mich gefragt, warum wir uns nicht schon längst auf den Weg gemacht hatten.

Nun können wir die Wohnungs-Metapher auf viele Lebenssituationen übertragen, die uns beschäftigen. Wir arrangieren uns, scheuen den Aufwand, reden uns die Situation schön, bis wir schließlich an einem Punkt angekommen sind, an dem wir eine Veränderung herbeisehnern. Der Status Quo wird zur Last und nach und nach entsteht die Erkenntnis, dass wir etwas anderes oder mehr haben wollen. Seltener ist dieses „Mehr“ mehr Geld, nach dem wir streben, eher ist es mehr Lebensqualität, mehr Selbstbestimmung, mehr Abenteuer, mehr Freiheit, mehr Sinn und Bedeutung, mehr ...?

Vielleicht stehen Sie gerade an einer ähnlichen Schwelle und wollen „hier raus“. Dann begleiten Sie mich durch dieses Buch. Lassen Sie sich überraschen, was Sie für sich herausfinden werden, aber auch, was das Buch aus Ihnen herauslocken wird. Das Ziel dieses Buches ist es, Ihr Zukunftshaus zu bauen, Ihre Vorstellung von einem gelungenen Leben zu zeichnen. Wie beim Hausbau werden wir mit Hilfe des Buches einen Plan und die entsprechende Umsetzung erarbeiten. Sie sollen am Ende nicht in einer Festung gefangen sein, sondern in Ihrem Schloss residieren. Lassen Sie sich inspirieren und zum Umsetzen ermuntern! Starten Sie. Für die anderen darf es ru-

hig bekloppt aussehen; solange Sie Ihren Weg beseelt gehen, ist er auch der richtige.

Vieleicht ahnen Sie jetzt schon, wieso der Untertitel „Ein Anstiftungs- und Umsetzungsbuch ...“ lautet und welche Botschaft mir, neben der Methodik, besonders am Herzen liegt: Ich wünsche mir eine Beseelt-und-Bekloppt-Kultur! Ich finde, die Zeit ist längst reif für mehr Mut und Glauben. Wir können mehr schaffen, als wir denken – wenn wir wissen, wieso wir etwas tun und mit Hingabe und Beharrlichkeit ans Werk gehen. Ich wünsche mir mehr Seele und mehr Courage in der Welt, mehr Verrücktheit und Leidenschaft für die Dinge, die uns wichtig sind. Ich träume davon, dass das ewige Hadern mit dem eigenen Können aufhört und der doppelte Boden der Absicherung fehlen darf. Es macht Spaß, sich Herausforderungen zu stellen. Warum sollten es nicht die eigenen sein? Ich bin tief davon überzeugt, dass viel mehr möglich ist, als wir Menschen normalerweise glauben. Statten Sie Ihr Leben mit etwas Magie und ganz viel Energie aus!

Ich wünsche Ihnen, dass Sie beseelt genug sind, um an Ihre Vision zu glauben, und keine Angst haben, bekloppt genug zu sein, um die Gegenwart so zu verändern, dass Ihre Träume in Zukunft wahr werden können.

Gönnen Sie sich zukunftsfreche Gedanken!

Ihre  
Silvia Ziolkowski

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Raus aus der Mietwohnung .....</b>	<b>1</b>
	Literatur.....	10
 <b>Teil I Der Traum vom eigenen Haus .....</b>		<b>11</b>
<b>2</b>	<b>Im Träumermodus .....</b>	<b>13</b>
2.1	Visionen sind gelebte Träume .....	15
2.1.1	Die zwei Seiten einer Medaille....	16
2.1.2	Brauchen wir Visionen?.....	19
2.2	Dem Warum auf der Spur .....	21
2.3	Den eigenen Beat aufspüren .....	24
2.3.1	Der Wunsch nach Glück und Zufriedenheit als Ursprung für unsere Visionen .....	25
2.3.2	Sinn herstellen – Meinem Tun eine Bedeutung geben .....	26
2.3.3	Zukunftsmuskeltraining .....	28
2.3.4	Lassen Sie sich berühren – vernünftig sein können Sie später wieder .....	30

## XVI Bau Dir Deine Zukunft

2.4	Warum beseelt und bekloppt zusammengehören .....	31
2.4.1	Der Sog einer großen Idee.....	33
2.4.2	Mit dem Erforschen kommt die Lust auf die Umsetzung .....	34
2.5	Die Kraft des Traums vom eigenen Haus – Dieter Härthe.....	35
	Literatur .....	38
	<b>Teil II Das Zukunftshaus.....</b>	<b>39</b>
3	<b>Werden Sie zum Architekten .....</b>	<b>41</b>
3.1	Das Zukunftshaus im Überblick .....	43
3.1.1	Die Architektur des Hauses .....	44
3.1.2	In der Einfachheit liegt die Kraft..	45
3.2	Treibstoff für die Zukunft – Dr. Christoph Heinen .....	46
3.3	Die Planung beginnt.....	49
	Literatur .....	51
4	<b>Die Säulen des Zukunftshauses .....</b>	<b>53</b>
4.1	Die eigenen Werte als entscheidende Säule	55
4.1.1	Wie komme ich meinen Werten auf die Spur? .....	56
4.1.2	Was gehört zu unseren Werten?....	57
4.2	Werte als Kompass für unser Tun – Matthias Lehner .....	59
4.3	Übungsteil – Ihr Weg zu Ihren Werten ....	64
4.4	Den eigenen Talenten Bedeutung verleihen	69
4.5	Man kann alles lernen – Stephan Landsiedel .....	73

4.6	Übungsteil – Ihren Talenten auf der Spur . . . . .	78
4.7	Die Freude als Gesunderhalter . . . . .	82
4.7.1	Im Kontakt mit mir . . . . .	83
4.7.2	Vom Müssten zum Wollen . . . . .	84
4.7.3	Sinnvolles Tun . . . . .	85
4.7.4	Raum und Zeit vergessen . . . . .	86
4.8	Mach's einfach – Sabine Asgodom . . . . .	88
4.9	Übungsteil – Ihre Freuden aktiv wahrnehmen . . . . .	92
	Literatur . . . . .	96
<b>5</b>	<b>Das Fundament . . . . .</b>	<b>97</b>
5.1	Wie sieht es mit Ihrer Haltung aus? . . . . .	101
5.2	Trauen Sie sich über den Weg? . . . . .	102
5.3	Welche Überzeugungen prägen Sie? . . . . .	103
5.4	Leben Sie Dankbarkeit . . . . .	105
5.5	Die Kraft der Gedanken nutzen – Wiestaw Kramski . . . . .	107
5.6	Übungsteil – So stärken Sie Ihr Fundament . . . . .	111
5.6.1	Übung 1 – Aus Zweifeln Inspirationen machen . . . . .	112
5.6.2	Übung 2 – Hartnäckigen Glaubenssätze auf den Leib rücken . . . . .	115
	Literatur . . . . .	120
<b>6</b>	<b>Das Dach . . . . .</b>	<b>121</b>
6.1	Richtungswechsel: Wo wollen Sie in Zukunft hin? . . . . .	125
6.2	Im Beseelt-und-Bekloppt-Modus – Wie Sie groß denken . . . . .	129

## XVIII Bau Dir Deine Zukunft

6.3	Die Vision ist der Schlüssel – Andreas Nau .....	132
6.4	Übungsteil – Ihr Weg zur Vision .....	137
6.5	So verankern Sie Ihre Vision .....	142
	Literatur .....	144
7	<b>Jetzt wird gebaut</b> .....	145
7.1	Wie begeistere ich meine Nachbarn? .....	146
7.2	Freigabe des Bauplans .....	149
7.3	Bis zum Winter soll der Rohbau stehen ..	150
7.4	Vom Reden ins Tun kommen .....	152
7.5	Zum Macher werden – Mike Fischer .....	153
	Literatur .....	160
Teil III	<b>Bauaufsicht – so erhöhen Sie die Machbarkeit</b> .....	161
8	<b>Der Rohbau steht – und jetzt?</b> .....	163
8.1	Welche Abschlussarbeiten stehen noch an? .....	164
8.2	Welche Innenarchitekten, Gärtner und sonstigen Helfer brauchen Sie noch? .....	167
8.3	Keine halben Sachen machen – Svea Kuschel .....	171
	Literatur .....	175
9	<b>Wie gehen Sie mit Baustopps um?</b> .....	177
9.1	Was können Sie vorher schon bedenken? ..	178
9.2	Wieso Baustopps auch hilfreich sein können .....	180
9.3	Wenn der Wille stärker ist als jede Hürde ..	182

9.4	Das Ziel fest im Visier – Anke Wirnsperger .....	184
	Literatur.....	187
10	<b>Was nehmen Sie mit in Ihr neues Heim? .....</b>	189
10.1	Warum uns Loslassen so schwerfällt.....	191
10.2	Den Ist-Zustand akzeptieren – Christine Lassen .....	197
	Literatur.....	203
11	<b>Der Einzug ins neue Haus .....</b>	205
11.1	Der Umzug steht an – jede Kiste will gepackt werden .....	206
11.2	Endlich angekommen – Woran Sie merken, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben ..	210
11.3	Einweihungsfeier – Lassen Sie die Korken knallen .....	211
11.4	Step by Step zum Sieg – Antje Heimsoeth .....	213
	Literatur.....	217
12	<b>Das Haus instand halten .....</b>	219
12.1	Der regelmäßige Hausputz .....	221
12.2	Renovieren als Daueraufgabe .....	223
12.3	Das Bessere ist der Feind des Guten – Bianca Fuhrmann .....	224
	Literatur.....	229
	<b>Epilog .....</b>	231
	<b>Anhang .....</b>	235

# 1

## Raus aus der Mietwohnung

Es gibt einige Gründe, die in uns die Sehnsucht wecken, unter die Situation, so wie sie gerade ist, einen Schlussstrich zu ziehen. Manche Dinge schleichen sich an, andere treffen uns wie ein Schlag, und wieder andere liegen plötzlich vor uns, und wir haben Lust, sie zu ergreifen und daraus etwas zu machen. Was es auch ist, jeder von uns kommt an diesen entscheidenden Wendepunkten im Leben vorbei. Die Gründe, die ich gefunden habe, um „die Mietwohnung zu verlassen“, habe ich hier zusammengetragen. Glauben Sie mir, es gibt mehr als einen guten Grund, warum es sich lohnt, die Tür hinter sich zuzumachen und in ein neues Lebensabenteuer aufzubrechen. Vielleicht kommt Ihnen der ein oder andere der folgenden Umstände vertraut vor oder Sie fühlen sich sogar ertappt? Wenn ja, super: Dann sind Sie bereit, etwas zu ändern.

## **Gründe für Veränderung**

Im Folgenden habe ich die sieben häufigsten Gründe aufgelistet, warum es sich lohnt, „umzuziehen“.

### **1. Die Inspiration ist der Schlüssel.**

Plötzlich und scheinbar unerwartet trifft uns der Zufall. Das kann eine Gelegenheit sein, die sich auftut, ein Impuls, der uns zur richtigen Zeit erwischts, oder ein Mensch, der in unser Leben tritt und uns anregt. Wir sind inspiriert und wissen eigentlich sofort, was zu tun ist. Wenn wir dann zupacken, ist das oft lebensentscheidend, und wir sind froh, es getan zu haben. Aber was ist, wenn wir diese Gelegenheiten verstreichen lassen, weil uns der Mut gefehlt hat, es scheinbar nicht der richtige Zeitpunkt war oder uns andere Notwendigkeiten zurückgehalten haben? Dann sind wir oft sehr unglücklich und bedauern, dass wir nicht zugegriffen haben. Fatal wird es, wenn wir im Wartesaal des Glücks hängenbleiben und auf die nächsten Anlässe warten, ohne etwas zu tun. Aber wenn wir Verursacher des Glücks und der Gelegenheiten sind und die Inspirationen des Lebens festhalten, können wir das Leben nach unseren Vorstellungen gestalten.

### **2. Die Idee lässt sich nicht umsetzen.**

Kennen Sie das? Sie haben eine Idealvorstellung von Ihrer Umgebung, doch egal, was Sie ersinnen oder erdenken, es lässt sich einfach nicht umsetzen. Es wird „ums Verrecken“ nicht praktischer, nicht gemütlicher, nicht einfacher! Und nun? Die meisten von uns arrangieren sich dann und denken: „Na ja, dann ist es halt so, dann finde ich mich eben damit ab.“ Die Rebellen unter Ihnen sehen das anders. Die wollen den Status Quo nicht hinnehmen. Wenn Sie sich dieses Buch gekauft haben, gehören sie höchstwahrschein-

lich zu der zweiten Gruppe. Dazu gratuliere ich Ihnen – ich finde es bewundernswert und mutig, weiterzudenken statt resigniert aufzugeben. Dazu braucht es eine große Portion Entschiedenheit, Überzeugung und einen langen Atem.

### 3. Es macht einfach keinen Spaß mehr.

Sie sind fit in dem, was Sie tun, Sie kennen sich aus, es gibt keine Überraschungen mehr und obendrein auch wenig Neues. Sie kennen Ihren beruflichen Alltag in- und auswendig, und die Fragen der Kollegen können Sie schon beantworten, bevor sie richtig gestellt sind. Wenn das mehrere Jahre so dahingeht und Sie nicht der Typ sind, der sich ständig neue Herausforderungen sucht, dann laufen Sie Gefahr, in den „Burnout“ zu rutschen. Ich habe immer wieder Klienten, die mir erzählen, dass sie sich im Job oder generell im Leben zu Tode langweilen. Nichtstörnt sie mehr an. Das passiert nicht spontan, sondern ist ein schleichender Prozess. Wir spüren viel früher, dass wir etwas ändern sollten, tun es aber oft erst Jahre später. Hier sind Sie gefordert, wirklich auf Ihr Gefühl zu hören. Es ist Ihre Lebenszeit, die verstreicht. Packen Sie es an, bevor Sie nur noch denken können: „Hätt ich doch nur ...“.

### 4. Das Umfeld nervt.

Sie passen nicht mehr in die Umgebung, in der Sie gerade sind. Es kann Ihre Arbeitsstelle sein, die Ihnen zu schaffen macht, ein Chef, mit dem Sie nicht klarkommen, Kollegen, die wenig zugewandt sind, oder ein Betriebsklima, das Ihnen schon am Sonntagabend die Lust auf den Montag versaut. Vielleicht ist es auch Ihr Wohnort, und die Nachbarn nerven Sie, der Ort ist langweilig und bietet nicht das, was Sie sich als ideale Umgebung vorstellen. Eventuell haben

Sie auch Sehnsucht nach Ihrer alten Heimat. Dann wird es Zeit, die Koffer zu packen.

**5. Jetzt reicht's!**

Oft haben Sie sich besänftigen lassen oder sich selbst besänftigt, und nun ist ein Punkt gekommen, an dem es nicht mehr geht. Das kann im Job ebenso passieren wie in der Partnerschaft. Vielleicht gehören Sie zu den „Rabattmarkensammlern“, und bei jeder Verletzung, jedem Ärger kleben Sie eine virtuelle Rabattmarke in Ihr Sammelheft. Dann kann es leicht sein, dass Ihnen der Kragen platzt, wenn das Heft voll ist, weil Sie zu oft geschwiegen und nicht schon früher reagiert haben. Dann erkennen Sie plötzlich, dass Sie so nicht mehr weitermachen wollen.

**6. Das Haus wird abgerissen.**

Um Gottes willen! Etwas, mit dem Sie sich so lange wohlgefühlt haben, soll morgen nicht mehr existieren? Das ist Bedrohung pur. Vertrautes und Gewohntes verlassen, das macht uns Angst. Was kommt danach? So schön kann die neue Umgebung nie und nimmer sein. Alles, was wir vielleicht noch vor kurzem gar nicht so toll gefunden hatten, wird jetzt wieder wertvoll. Plötzlich sehen wir, wie gut es uns hier gegangen ist und wie schön wir es hatten. Diese Situation haben Sie sich nicht ausgesucht – es hätte so weitergehen können, alles war gut. Dazu zählt zum Beispiel, wenn wir die gewohnte Umgebung verlassen müssen, den Arbeitsplatz verlieren oder, noch schlimmer, wenn ein Unfall oder eine schwere Krankheit uns von einem zum anderen Moment ausbremsen.

Jetzt kommt's drauf an: Wie viel innere Stärke haben Sie, um dieser Situation etwas Positives abzugewinnen und sie

als Chance für einen Neuanfang zu sehen? Natürlich nicht sofort – Wut, Enträuschung und Trauer gehören einfach dazu. Doch nach einer gewissen Weile zeigt sich, ob Sie ein Zukunftsentwickler sind, Ihre Krone richten und weitergehen können.

## 7. Die Wohnung ist abgebrannt.

Aus. Vorbei. Nichts geht mehr. Wenn wir da angekommen sind, packt uns die Verzweiflung und wir sehen keinen Ausweg mehr. Rien ne va plus – das Spiel ist vorbei. Ausgehobelt aus dem Leben. Ohnmacht, Trauer, Wut, Verzweiflung begleiten uns. Mehr als einen Tag weiterdenken? Ausgeschlossen! Hier geht es ums Verlassenwerden. Es ist wohl das Schlimmste, was uns Menschen widerfahren kann. Die furchtbarste Version des Verlassenwerdens ist der plötzliche Tod eines geliebten Menschen. Das Leben fühlt sich ungerecht und bedrohlich an. Was soll nur werden? Kann es überhaupt wieder werden? Was dann zählt, ist, ob wir an der Situation verzweifeln oder ob es gelingt, die Energie zu lenken, aus der Trauer Wut zu machen und uns zuzurufen: „Jetzt erst recht!“

Nach einem solchen Schock erstarren wir erst einmal. Alles erscheint uns aussichtslos. Ausgeschlossen, dass wir jemals wieder locker und glücklich werden. Wie sollte das gehen?

## Phasen des Übergangs

Besonders bei den letzten beiden Gründen, die an unserem Innersten rütteln, braucht es Zeit. Zeit, um überhaupt wieder in eine vorwärts gerichtete Denkhaltung zu kommen. Nehmen Sie sich diese Zeit und lassen Sie Ihrer Seele genügend Raum, um die Reparaturarbeiten erledigen zu können. Meist durchleben wir vier Phasen (angelehnt an Schmid o.J.), bis wir

die neue Situation akzeptieren können und wieder bereit sind für das Abenteuer Leben:

Phase 1 – Nicht wahrhaben wollen.

Wir glauben es nicht. Wollen nicht wahrhaben, was wir eben gehört haben oder was passiert ist. Das kann nicht sein! Das passiert doch nur anderen!

Phase 2 – Trauern und festhalten.

Wir sind unglaublich enttäuscht und traurig. Wir trauern. Unsere Gedanken kreisen um die Vergangenheit. Wir können und wollen noch nicht loslassen.

Phase 3 – Wut ausleben und loslassen.

Wir werden wütend und können uns wieder ausdrücken. Die innere Stagnation löst sich langsam auf. Wir sind bereit, den Staub aus den Kleidern zu klopfen.

Phase 4 – Bereit für neue Handlungen.

Geschafft. Wir können wieder nach vorne denken und Pläne schmieden. Wir können sogar über uns hinauswachsen und sind mutiger als je zuvor. Jetzt wollen wir es wirklich wissen.

### **Beispiele aus der Praxis**

All die oben aufgeführten Gründe kommen häufig in der Praxis vor. Möglicherweise ist auch Ihnen das ein oder andere schon widerfahren oder Sie stecken gerade mittendrin. Sowohl meine Interviewpartner als auch ich selbst kennen mehr als nur einen dieser Gründe aus eigener Erfahrung – sie gehören zum Leben einfach dazu. Nun kommt es darauf an, was Sie daraus machen. Ergeben Sie sich und bleiben Sie erschöpft liegen oder ergreifen Sie die Chance und nehmen sie zum Anlass, neu durchzustarten?

Meine Interviewpartner für dieses Buch habe ich genau aus dem Grund ausgesucht, weil sie die Fähigkeit haben, aus einer vor ihnen liegenden Herausforderung eine Vision zu machen. Manche aus Leidenschaft und manche aus leidvoller Erfahrung. Der Zündfunken für ihre Vision lag oft in einem der oben genannten Gründe.

Bei **Dr. Christoph Heinen**, heute Inhaber der Marga Business Simulations GmbH, war es der Zufall, der ihn dazu brachte, seine gesicherte Stelle zu verlassen und Unternehmer zu werden.

**Sabine Asgodom** hat bereits seit ihrer Kindheit einen besonderen Zugang zur Sprache und ihrer eigenen positiven Energie. Diese trägt sie nun als Coach, Ausbilderin, Vortragsrednerin und Autorin in die Welt.

**Mike Fischer** hat es gereizt, sich immer wieder neuen Herausforderungen zu stellen und dabei besser und anders zu sein als die anderen. Als Multiunternehmer investiert er in zahlreiche Projekte und behält trotzdem im Blick, was ihn auf dem Markt so besonders macht.

**Svea Kuschel** hat aus ihrer eigenen Geschichte gelernt und machte sich 1986 als erste Dienstleisterin in der Frauenfinanzberatung selbstständig.

**Antje Heimsoeth** fand nach einem schweren Reitunfall ihre wahre Berufung und ist heute Coach, Vortragsrednerin und Autorin für ihr Fachgebiet mentale Stärke.

**Andreas Nau** ist seit 1994 Geschäftsführer des Software-Unternehmens easySoft. Erst kurz vor der Insolvenz begriff er, dass jeder Betrieb eine Vision braucht, um erfolgreich zu sein, und startete neu durch.

**Wiestaw Kramski** ist eigentlich in der Stanz- und Spritzgießtechnologie zu Hause, aber die Untauglichkeit der seinerzeit auf dem Markt vorhandenen Golf-Putter ließ ihn aktiv werden. Aus dem kurzerhand selbstgebauten Putter wurde eine Businessidee und heute ein angesehenes Unternehmen.

**Anke Wirnsperger** wollte nicht für immer Stewardess sein, sondern selber ans Steuer. Um ihren Traum verwirklichen zu können und Pilotin zu werden, musste sie viel einstecken und lange ins Ausland.

**Dieter Härthe** musste eine herbe Enttäuschung hinnehmen und ist danach noch einmal über sich hinausgewachsen. Der gelernte Autosattler gründete 2003 den Senat der Wirtschaft. Seine große Vision ist es, in seinem Senat Lösungen fürs Gemeinwohl zu finden und in viele Länder der Erde zu tragen.

**Bianca Fuhrmann** ertrug die Enge des Konzerns nicht mehr und ist viele Umwege gegangen, bis sie angekommen ist. Heute folgt sie ihrer Berufung als Führungskräfteentwicklerin und Künstlerin.

Bei **Matthias und Emma Lehner** haben ihre Talente und Werte den Weg gewiesen. Sie wollten nicht mehr mit dem Strom der Fitnessbranche schwimmen und gegen ihre Überzeugungen arbeiten. Mit viel Einsatz und umfangreichen Recherchen entwickelten sie ihr eigenes Konzept.

Und die folgenden beiden Interviewpartner sind mehr als über sich hinausgewachsen:

„Was habe ich schon zu verlieren?“, fragte sich **Stephan Landsiedel**, nachdem seine große Liebe ihn verlassen hatte und er nicht mehr leben wollte. Ein Buch von Anthony Robbins wies ihm den Weg. Heute ist er einer der bekanntesten NLP-Trainer im deutschsprachigen Raum. Wobei NLP für Neuro-Linguistisches Programmieren steht und ein Werkzeugkasten für Persönlichkeitsentwicklung ist.

**Christine Lassen** ist nach dem plötzlichen Tod ihres Mannes über ihren Schatten gesprungen und in seine Fußstapfen getreten. Sie führt allein das gemeinsame Unternehmen fort und ist heute Autorin, Verlegerin und Trainerin für mehr Erfolg und Lebensfreude.