

# Chaotify Your Life!

Wild leben und sich wieder spüren – ein Essay von Ralf G. Nemecek.

***Schnell, schneller, am schnellsten. Ziele setzen! Hoch, höher, am höchsten! Prioritäten setzen! Zeitfresser eliminieren! Effizienz durch Techniken und Methoden! Dringendes zuerst! Strukturierte Aufgabenlisten! Bis wann muss es fertig sein? Bis gestern! Stress, Termindruck. Wenig Zeit, noch weniger Zeit, keine Zeit! Stopp – falscher Ansatz, sagt changeX-Autor Ralf G. Nemecek und zeigt Wege aus der selbst verursachten Sklaverei, hinein in eine lustvolle Welt der Abenteuer. „Man muss noch Chaos in sich haben, um einen tanzenden Stern gebären zu können.“ Nietzsche hat Recht: Das Chaos ist unsere eigentliche Inspirations- und Ideenquelle – die Quelle unserer Lebendigkeit.***

**W**ie sehr leben wir unser Leben mit dem Gefühl, ständig hinterher zu sein? Dem gewünschten Kontostand, der gewünschten Wohnung, dem gewünschten Körper, der ersehnten Harmonie und Stabilität. Manchmal kurz davor, doch selten erreicht. Stabilität, was für ein wundervolles Wort, was für ein Gefühl der Ruhe und Sicherheit. Dafür lohnt es sich doch, durchs Leben zu hetzen! Endhaltestelle Stabilität – wow – das wär's! Endlich durchatmen, Sauerstoff in unsere Lungen. Apropos Sauerstoff, der Sauerstoffgehalt der Luft beträgt rund 21 Prozent. Etwas weniger, und wir würden ersticken. Ein Hauch mehr, und wir würden verbrennen. Der Zustand unserer Erdatmosphäre ist alles andere als stabil. Im Gegenteil, sie befindet sich ständig kurz vor dem Kollabieren. Eine unsichtbare Hand sorgt für einen Zustand der stabilen Instabilität. Genau das ist der Echtheitsstempel des Lebens.

Wie oft standen wir selbst schon kurz vor dem Kollabieren? Vertrauen wir auf diese unsichtbare Hand? Nehmen wir die Echtheit des Lebens an oder versuchen wir, das Leben zu manipulieren, zu kontrollieren und in den Griff zu bekommen?

Es gibt unzählige Möglichkeiten, das Leben manipulieren zu wollen. Eines der meistgepriesenen Werkzeuge ist das Setzen und Verfolgen von Zielen. Schließlich konnte ein so großer Denker wie Seneca nicht irren, als er seinerzeit verkündete: „Wer nicht weiß, in welchen Hafen er will, für den ist kein Wind der richtige.“ Einfacher ausgedrückt: Unser Kopf setzt sich Ziele und unser Körper rennt hinterher. Doch unser Kopf ist begrenzt, er kennt lediglich die gespeicherten Erfahrungen aus der Vergangenheit und kreierte damit Ziele für die noch offene Zukunft. Ein angespannter Wille, der auf ein Ziel ausgerichtet ist, wird unser Leben in den Dienst des Ziels stellen und damit jeglichen Fluss behindern.

Manche Menschen sind so sehr auf ihre Ziele fixiert, dass sie die Zeit, in der sie nicht produktiv auf ihre Ziele hinarbeiten, als tote Zeit bezeichnen. Doch tot ist nur, wer nicht lebt. Dies ist kein Plädoyer gegen das Setzen von Zielen, sondern ein Plädoyer für interessante Umwege, spannende Zufälle und spontanes Ergreifen des Glücks. Es ist ein gewaltiger Unterschied, ob wir uns in unseren selbst gesteckten Zielen gefangen halten oder freudvoll in unserem Boot sitzen, frei nach dem Motto: „Für den, der gerne segelt, ist jeder Wind ein guter Wind.“

**Wenn Ziele den Erfolg verhindern.**

Wenn wir denken, dass wir zu wenig Zeit haben, dann werden wir immer zu wenig Zeit haben. Und weil wir denken, dass wir zu wenig Zeit haben, müssen wir unsere Zeit sorgfältig managen und aufpassen, dass wir uns nicht verzetteln. Und so lernen wir Techniken und Methoden für unsere eigene Sklaverei. Wir trennen zum Beispiel zwischen wichtig und unwichtig, zwischen dringend und nicht dringend und nageln unsere Tagesabläufe damit fest. Wir tun so, als ob wir wüssten, was wichtig und dringend ist.

In Wirklichkeit setzen wir diese Prioritäten, um finanziell erfolgreich zu werden, um uns Dinge kaufen zu können, die wir nicht wirklich brauchen, um Menschen zu beeindrucken, die wir nicht wirklich mögen. So ist das mit dem „Um-zu“, wenn wir Dinge tun, nur um Geld zu verdienen, nur um zu beweisen, wie Recht wir haben, oder um gut dazustehen, bestimmt das „Um-zu“ unser Leben und macht uns taub für die Stimme der Intuition. Unsere Intuition sagt uns permanent, ob jetzt die richtige Zeit für etwas ist oder nicht. Wenn wir denken, dass wir genug Zeit haben, dann werden wir immer genug Zeit haben. Immer für das, was uns mit Freude erfüllt und worauf wir spontan Lust haben. Spontaneität ist das Fehlen von inneren Widerständen. Hätte Beethoven seine brillanten Symphonien mit inneren Widerständen geschrieben? Sicher nicht. Er war im Fluss, er war im Flow.

Ohne Chaos kein Flow. Wer versucht, das Chaos zu vermeiden, entscheidet sich für das Leiden als lebenslange Beschäftigung. Wer sich fürchtet, sucht die Sicherheit, und das Verlangen nach Sicherheit produziert Furcht. Wer sich dem Chaos stellt, der wird früher oder später herausfinden, dass er selbst das Chaos vor seiner Nase geschaffen hat. Wir alle erschaffen das Chaos mit dem, was wir getan, und mit dem, was wir nicht getan haben. Darum gibt es auch keinen Anlass, sich als Opfer zu fühlen oder die Schuld auf andere zu schieben. Geben wir unsere Verantwortung ab, haben wir keine Chance, das Chaos zu nutzen und lieben zu lernen.

*Das Chaos vermeiden und leiden.*

Warum neigen wir dazu, die Verantwortung abzugeben? Weil nicht immer alles so läuft, wie wir uns das vorstellen, weil wir nicht alles unter Kontrolle haben. Wir übernehmen gerne die Verantwortung für die erfolgreichen, gewünschten und erzielten Ereignisse, doch bei den scheinbaren Misserfolgen und vermeintlichen Rückschlägen sind wir lieber frustriert, verärgert oder wütend. Wut bedeutet so viel wie: „Ich bekomme meinen Willen nicht!“ Ja, wir haben nichts unter Kontrolle, unser Leben ist unkontrollierbar. Und so neigen wir dazu, das Kind mit dem Bade auszuschütten: „Ich habe die Geschehnisse in meinem Leben nicht unter Kontrolle, dann übernehme ich auch keine Verantwortung dafür.“

Die Alternative liegt im Umarmen der scheinbaren Widersprüche: Wir können voller Engagement etwas anstreben und gleichzeitig alles dem Universum überlassen. Wir können uns dem Leben voll und ganz hingeben und gleichzeitig unser Leben aktiv und verantwortungsvoll gestalten. In diesem Kontext erschaffen wir unser eigenes Chaos und wollen es auch gar nicht anders haben. Wir lieben unsere Verantwortung und lieben unser Leben am Rande des Chaos. Das Chaos ist unsere Inspirations- und Ideenquelle, die Quelle unserer Lebendigkeit.

Um die Gefahr des Absaufens im Chaos zu vermeiden, nehmen viele Menschen lieber einen festen Standpunkt ein und tun so, als ob das Chaos weit hinter ihnen läge. Keine Inspiration, keine Beweglichkeit, keine Vision, keine Neugier, keine Abenteuerlust, kein Leben. Oder wie Albert Einstein es ausdrückte: „Der Horizont vieler Menschen ist ein Kreis mit dem Radius null – und das nennen sie ihren Standpunkt.“ Statt Neues zu erschaffen, streiten sie lieber mit anderen Standpunktstehern darum, wer auf dem richtigen Standpunkt steht. Sie kämpfen und verteidigen. Ja nichts riskieren, ja nicht doof dastehen – doch sie tun es unentwegt.

Aus Angst, Fehler zu machen, halten wir unsere Füße still, unseren Mund geschlossen und unsere Lebensgeister zurück. Doch wer entscheidet, was ein Fehler ist und was nicht? Diejenigen mit festgefahrenen Zielen und Plänen? Die Zieler und Planer dieser Welt? Diejenigen, die hinterher den ein oder anderen genialen Fehler beim Patentamt anmelden?

Es gibt Fehlschläge, die wir zunächst als schlecht ansehen und die sich später als ein Geschenk des Himmels herausstellen. Das konnte der Kopf nicht wissen, er konnte nur bewerten und planen. Zum Beispiel verlieren wir einen Kunden. Ein halbes Jahr später geht dieser Kunde Konkurs, und wir hätten ein halbes Jahr ohne finanziellen Ausgleich gearbeitet. Das Leben schenkt uns immer wieder eine Fülle an Gelegenheiten und Ereignissen.

Wir können freudvoll und phantasievoll am Leben teilnehmen, indem wir immer wieder in Aktion gehen, neugierig entdecken, was funktioniert, was uns Freude bereitet, und entsprechend das Design überarbeiten. Dieser spielerische Prozess ist die natürliche Alternative zu festgefahrenen Plänen und linearen Vorgehensweisen.

- Tun Sie, was Sie tun möchten, es gibt keine tote Zeit.
- Lassen Sie sich von Ihren Plänen inspirieren und nicht einschränken.
- Seien Sie zufrieden, der Prozess ist nie zu Ende.
- Lassen Sie sich von Ihren Zielen ziehen und nicht versklaven.
- Machen Sie lieber einen miserablen Anfang als gar keinen.
- Seien Sie auch dankbar für die unangenehmen Ereignisse in Ihrem Leben.
- Haben Sie Spaß und fügen Sie Ihrem Leben immer wieder etwas Neues hinzu.
- Setzen Sie sich ein übergeordnetes Ziel, das Sie jeden Tag erreichen können: Leben!

Es gibt keine Harmonie – das ist Harmonie. Check it out!

*Ralf G. Nemecek* ist Autor des Kultbuches *Abenteuer Business*, Berater und Vortragsredner.

[www.fun-economy.de](http://www.fun-economy.de)

**ADD – Action, Discovery, Design.**