

# Lebst du schon oder existierst du noch?

Raus aus der Bequemlichkeit des Dahinvegetierens, hinein in die Selbstbestimmung eines gelungenen Lebens – ein Essay von Ralf G. Nemecek.

***Job verloren, Kunden weg, Konto gesperrt. Die Einschläge kommen vielerorts näher. Doch Enttäuschungen können nur verletzen, wenn sie zu Entmutigung führen. changeX-Autor Ralf G. Nemecek dreht den Spieß um: Wir können uns beschweren oder uns durch eigenverantwortliches Handeln erleichtern. Immer haben wir die Wahl, ob wir an einem Misthaufen oder an einer Rose riechen. Was wir im Leben Fehlschläge oder Niederlagen nennen, ist oft nur das Ergebnis eines fruchtlosen Versuchs, das Leben zu manipulieren. Es kann aber auch die Wiederentdeckung der eigenen Lebendigkeit fördern: Seine Berufung ausleben und anderen dienen.***

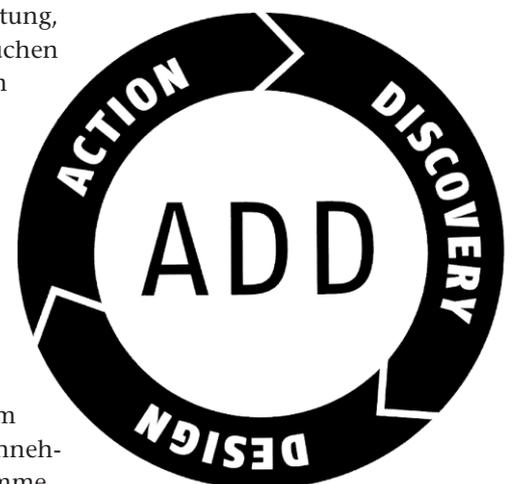
**J**ob verloren, Kunden weg, Konto gesperrt. Stress, Probleme, Konflikte, Krankheiten. Doch merke: Egal, wie groß unsere Lebensbaustelle ist, es geht immer weiter! Keine Frage: Enttäuschungen sind Wirklichkeiten, doch Entmutigungen sind unsere eigenen Reaktionen.

Wir können uns beschweren oder uns durch eigenverantwortliches Handeln erleichtern. Immer haben wir die Wahl, ob wir an einem Misthaufen oder an einer Rose riechen. Es wird sie immer beide geben. Viele Menschen haben schon so lange ihr Riechorgan im Misthaufen stecken, dass sie gar nicht mehr wissen, wie Rosen riechen.

Wir können unsere Arbeit als notwendiges Übel oder als Mittel zum Zweck betrachten, oder aber als Beitrag zu unserer eigenen Lebensqualität. Es gibt kaum etwas Schöneres, als seine eigene Berufung auszuleben und anderen mit dem, was man zu geben hat, von Herzen zu dienen. Dies zu leben bedarf einer Entscheidung, die jeder für sich selbst bewusst treffen muss: Will ich ein Überlebender oder ein Beitragender sein? Oder, um es in der Werbesprache auszudrücken: Lebst du schon oder existierst du noch?

So suchen viele nach einem Job mit möglichst wenig Verantwortung, kurzer Arbeitszeit und geringem Arbeitsaufwand. Will sagen: Sie suchen sich ein bequemes Plätzchen zum Dahinvegetieren. Andere richten sich in ihrer Berufswahl, ihrer Jobsuche und ihrer Karriereplanung nach Prestige, Status und Einkommen, zumindest so lange, bis sie erkennen, dass nichts von all dem wahrhaftig erfüllt und Sinn stiftet. Erst langsam erkennen wir die Zusammenhänge zwischen Spaß, dem Ausleben der eigenen Talente, Leichtigkeit, Vitalität, Kreativität, Gesundheit und Erfolg und vertrauen in unserem Handeln darauf.

Wenn wir unsere Talente zurückhalten, schaden wir nicht nur unserer eigenen Gesundheit und unserem Erfolg, sondern wir enthalten auch all den Menschen unsere Unterstützung vor, die enorm davon profitieren würden, wenn wir unsere Gaben als Aufgaben annehmen würden. Es ist also beinahe schon eine Frechheit, auf Sparflamme



durchs Leben zu robben. Egal, wo wir uns verstecken, das Leben erkennt unseren Betrug und zeigt uns immer wieder liebevoll die rote Karte: Müdigkeit, Gereiztheit, Unzufriedenheit, Krankheit.

Was uns dennoch in unserer Komfortzone verweilen lässt, ist oftmals die schlichte Angst vor unserer eigenen Größe. Die Angst vor unserer Einzigartigkeit, vor unserer Power, vor unserem authentischen Selbstausdruck. Wir haben Angst davor, uns unbeliebt zu machen, andere zu verunsichern oder gar zu schockieren, wenn wir uns so geben, wie wir sind, und zeigen, was wir alles auf dem Kasten haben. Und so halten wir unsere Lebenskraft zurück, die sich dann nach innen kehrt und Schaden anrichtet. Das ist, als wenn man mit einem Acht-Zylinder-Motor ständig nur im ersten Gang durch die Gegend fährt – irgendwann geht er kaputt. Wir werden immer wieder auf Menschen treffen, die misstrauisch sind und zurückschrecken, wenn wir einen Gang hochschalten, und andere, die sich gerne von unserer Power anstecken lassen.

Egal, wie kaputtgeschont unser Motor ist, diese Fragen können wir uns jederzeit stellen:

- Was kann ich jetzt recherchieren?
- Was kann ich jetzt entdecken?
- Was kann ich jetzt gestalten?
- Was kann ich jetzt designen?
- Was kann ich jetzt initiieren?
- Was kann ich jetzt bewegen?

Unser Wunsch nach dem perfekten Konzept und unser Anspruch, dass alle Veränderungen, die wir initiieren, die endgültigen Lösungen bringen müssen, führen leicht zur Stagnation. Stattdessen können wir immer wieder in Aktion gehen (Action), entdecken, was stimmig ist und was nicht (Discovery), anschließend die Gestaltung entsprechend verändern (Design) und damit erneut in Aktion gehen und so immer etwas Neues hinzufügen: ADD. Nutzen wir unsere natürliche Neugier, unsere Experimentierlust und Fantasie? Gehen wir das Risiko ein, lieber einen miserablen Anfang zu machen als gar keinen? Wenn wir den Anspruch auf Perfektion und Vollständigkeit aufgeben, können wir in diesem fortwährenden Prozess namens Leben Spaß am Handeln, Entdecken und Gestalten haben.

*Action, Discovery, Design.*

Wir können selbst mehr Freude und Leichtigkeit in unsere momentane Tätigkeit bringen und gleichzeitig an anderer Stelle neue Erfahrungen sammeln. Wir können neue Bereiche kennen lernen, indem wir zum Beispiel in eine andere Abteilung oder in eine andere Firma wechseln, ein anderes Aufgabengebiet übernehmen, uns selbstständig machen, freiberuflich tätig sind, ein Projekt in der Freizeit starten, ehrenamtlich mitarbeiten oder einen Nebenjob annehmen. Auch wenn wir denken, dass wir weder die Zeit noch die Energie haben, um noch nebenher etwas zu machen, können wir erstaunlich viel Potenzial freisetzen, wenn die neue Aufgabe uns natürlich motiviert und unseren Talenten entspricht. Eine Selbstständigkeit kann auch sukzessive aufgebaut werden. Der Sprung ins kalte Wasser ist nicht jedermanns Sache und vor allem nicht zwangsläufig notwendig.

Wir alle sind auf das Mitgefühl, die Anerkennung und die Unterstützung anderer Menschen angewiesen. Es geht um den großzügigen Austausch von Informationen, Kontakten und Ideen, auch und gerade dann, wenn wir das Gefühl haben, dass 90 Prozent der Probleme in unserem Leben Haare auf dem Kopf tragen. Wir können freudvoll Kontakte knüpfen und pflegen, Informationen und Ideen sammeln und weitergeben, indem wir zum Beispiel auf Partys, Messen, Unternehmertreffen, Branchentreffen, Vorträge oder

Seminare gehen oder solche Veranstaltungen selber organisieren. Seien Sie außergewöhnlich. Sie sind außergewöhnlich! Seien Sie kreativ. Sie sind kreativ! Seien Sie kraftvoll. Sie haben mehr als zwei Zylinder!

Warten Sie nicht, bis Sie eine passende Stellenanzeige lesen. Schreiben Sie individuelle Initiativbewerbungen. Schaffen Sie sich Ihren eigenen Arbeitsplatz gleich selbst, indem Sie der auserwählten Firma klar aufzeigen, wie sie durch Ihre Mitarbeit mehr Geld verdienen oder einsparen könnte. Was kann einem Unternehmen Besseres passieren, als dass jemand, der Engagement und neue Ideen mitbringt, sich aus eigener Initiative bewirbt. Wenn Sie das Gefühl haben, Ihre Traumfirma gefunden zu haben, können Sie als besonderen Anreiz auch anbieten, eine gewisse Zeit lang gegen ein niedriges Basishonorar mitzuarbeiten. In dieser Zeit können beide Seiten entdecken, wie gut es zwischenmenschlich passt und wie freudvoll und produktiv die Zusammenarbeit ist.

Warten Sie nicht, bis jemand Ihre Talente entdeckt. Verschenken Sie einen Talentgutschein an Kollegen, Bekannte, Geschäftspartner, Lieferanten oder an einen Ihrer Chefs. Ein Gutschein für eine Programmierung, eine Kaufberatung, eine Reparatur, eine Projektassistenz, eine Texterstellung ..., am besten für ein Talent, das Sie in Ihrem momentanen Job nicht oder nur wenig einsetzen können.

Fantasieren Sie nicht, wie es woanders sein könnte. Gehen Sie schnuppern. Welchen Beruf würden Sie wählen, wenn alles möglich wäre? Welchen Traum tragen Sie schon lange mit sich herum? Womit würden Sie gerne Ihr Geld verdienen, wenn Sie die passende Ausbildung dazu hätten? Leben Sie Ihren Ich-würde-ja-wenn-ich-könnte-Gedanken aus und machen Sie statt Urlaub eine Schnupperwoche in einer anderen Branche – mit Rückfahrkarte und ohne Risiko. Nach einer Woche können Sie sich auf jeden Fall selbst besser einschätzen, was Ihre Neigungen angeht, und wissen, welche Fähigkeiten und Kenntnisse Sie sich noch aneignen sollten, wenn Sie einen neuen Weg einschlagen möchten. Oder aber Sie sind Feuer und Flamme und die Firma will Sie gar nicht mehr gehen lassen, weil sie Ihr Potenzial erkannt hat.

Was auch immer geschieht: Viel Vergnügen beim Handeln, Entdecken und Gestalten. Rosen duften herrlich!

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

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