

Vorwort

Viele Menschen kommen mit ihrem Leben überhaupt nicht klar. Sie verzweifeln daran, es nie lange an einem Ort auszuhalten. Nirgendwo sind sie so richtig zu Hause – und sie lieben das Abenteuer, die Aufregung. Dabei spielen sie häufig mit dem Feuer. Ihr Leben muss ständig „Action“ bieten; und sie gehen an die Grenzen ihrer physischen, psychischen und finanziellen Möglichkeiten. Trotz ihrer Freiheiten leiden sie sehr – zumindest innerlich. Denn man sieht ihnen ihr Unglück nicht an. Das machen sie zu Hause in schlaflosen Nächten und quälenden Gedanken mit sich selbst aus. Ihre Umgebung versteht das flatterhafte Leben nicht. Freunde sind eher überrascht, manchmal enttäuscht, von den schnellen, neuen Entschlüssen, dem Hin und Her im Leben und der Unstetigkeit. Bisweilen fühlen sie sich Mitmenschen im Stich gelassen. Sie empfinden solche Menschen als unzuverlässig.

Befragt man Fachleute wie z.B. Psychologen, dann wissen die aus ihren Erfahrungen im Umgang mit solchen Patienten zu berichten: Sie sind nach ihrer Meinung krank und selbst unglücklich über ihre eigene Situation. Sie haben sich gerade für etwas entschieden, und am nächsten Tag trauern sie der alten Situation schon wieder hinterher. Dann verbrämen sie sich wieder in dem Alten, bis ihnen der Kragen platzt und sie in einer unüberlegten Ad-hoc-Entscheidung fast ihr ganzes Leben umkrempeln. Dieses hin- und hergerissen sein, so wiederum die Fachleute, kann man nur durch eine neue Lebensstruktur glücklich und zufrieden gestalten: nämlich das Leben in Projekte einzuteilen, in überschaubare Etappen, und so zu ordnen, dass man in Abschnitten seines Lebens glücklich wird.

„Projekte“ sind ja in unserer heutigen Arbeitswelt gang und gäbe. Sie sind dazu angelegt, bestimmte wichtige Aufgaben im Betrieb – losgelöst vom Tagesgeschäft – zu planen und gut umzusetzen: etwa einen Brückenbau, ein neues Hochhaus, den Aufbau einer eigenen Marketing-Abteilung im Unternehmen oder den Internetauftritt einer Firma mit Online-Shop. Das sind klar umrissene Aufträge auf Zeit. Hat man die abgearbeitet, kümmert man sich entweder ums nächste Projekt – oder geht wieder auf Reisen, um bei einer anderen Firma anzuheuern und dort ebenfalls ein Projekt zu managen. Manche Menschen arbeiten ja auch nur als Projektmanager und sind dann quasi die fliegenden Teppichhändler der Moderne oder die Arbeitsnomaden des 21. Jahrhunderts wie die chinesischen Wanderarbeiter.

Genau so oder ähnlich kann das auch im persönlichen Leben funktionieren. Erfahrene Psychotherapeuten empfehlen Menschen in solchen Fällen, ihr Leben einfach in Etappen zu planen – und sich eben nicht dauerhaft festzulegen, nicht einen Wohnsitz als endgültig zu betrachten; eben nicht eine Lebensform oder Partnerschaft als bis ans Ende verbindlich anzunehmen; eben nicht beruflich die Lebensstellung zu suchen – sondern sich wohl für etwas entscheiden, aber nicht mit der Langzeit-Wirkung. So können auch Menschen glücklich werden, die sich nicht festlegen wollen. Sie sind dann in zeitlichen und räumlichen Etappen zufrieden und quasi ihr eigener Projekt-Manager: fürs eigene Leben in klar definierten Abschnitten und mit bestimmten Präferenzen.

Beispiele: Sie unternehmen eine einjährige Weltreise, legen ein Sabbatjahr ein, nehmen sich eine Auszeit nach ausgepowerter Kreativität so wie der Comedian Hape Kerkeling („Ich bin dann mal weg“) und begeben sich für ein Jahr auf den Jakobsweg, starten Ihren Berufsweg erst einmal mit einem sozialen Jahr; auch das „Studium

Generale“ für ein Semester ist so etwas, wenn Sie sich noch nicht für ein bestimmtes Fach festlegen können. Gerade kreativ arbeitende Menschen brauchen auch Phasen des Auftankens, um wieder neue Ideen zu produzieren.

Heutzutage muss nicht immer alles glatt laufen. Sogar der frühere Bundespräsident Wulff sprach von Brüchen im Leben. Wir gehen um Ecken und verlassen die Trampelpfade des Lebens. Dabei begeben wir uns auf abschüssiges Gelände. Nur die Orientierung dürfen wir nicht verlieren.

Dieses eBook zeigt Menschen, die unstetig und wechselhaft sind, wie Sie in Lebens-Etappen Ihr Glück finden; wie sie Struktur in ihr Auf und Ab bekommen – und wie sie mit dieser Lebensform auch glücklich leben. Vielleicht ist es ja sogar „die Lösung“ für Ihre persönliche Lebenssituation!?