

LESEPROBE



Das Leben.
**Ein bunter
Hund**

Worauf
es wirklich
ankommt

MURMANN
MURMANN PUBLISHERS

Glück. Oder: Worum es in diesem Buch nicht geht

100 Jahre. Es fühlt sich seltsam an, das aufzuschreiben, doch so alt sind wir beide tatsächlich. Zusammengenommen, selbstredend, zu dem Zeitpunkt, zu dem dieses Buch erscheint. Und bevor Sie jetzt anfangen, zu spekulieren: Das Jahrhundert ist gleichmäßig zwischen uns beiden verteilt. Wir haben diese Seiten sozusagen während des Countdowns zu unseren 50. Geburtstagen geschrieben.

Jetzt liegt natürlich der Verdacht nahe, dass wir uns mit diesem Buch selbst ein Geschenk machen wollen – und ein Stück weit stimmt das auch. Wir wollen mit diesem Buch feiern, und damit haben unsere Jubiläen etwas zu tun. Doch es sind keine Zahlen, die wir zelebrieren wollen, nicht die 50 und nicht die 100. Sondern das, was in all diesen Jahren passiert ist. Was nicht nur, sondern auch uns passiert ist: das Leben, dieser bunte Hund.

Verschwimmende Grenzen, gesprengte Schubladen: Wo soll es eigentlich hinführen, das Leben? Was ist denn eigentlich die Gestaltungsmasse, wenn wir unser Leben formen? Unsere Überlegungen dazu gipfeln in einem Wort, das wir ganz bewusst nicht auf den Titel geschrieben haben: Relevanz. Wir wollen an dieser Stelle nicht unerwähnt lassen, dass wir herzlich darüber debattiert haben, ob es wirklich in diesem Buch auftauchen sollte. Sehr »sexy« ist das Wort nämlich nicht, im Gegensatz zu »Glück«. Vermutlich wird Relevanz als Gedanke deshalb unterschätzt, und Glück maßlos überschätzt. Relevanz ist stark, steht für sich allein und polarisiert.

Deshalb glauben wir, dass dieses Wort so hilfreich ist, wenn wir über das Leben nachdenken. Was für uns relevant ist, bestimmt unser Leben. Es sagt viel darüber aus, wer wir sind. Und wie, womit und wozu wir für andere relevant sind, zeigt an, wofür wir im Leben stehen und was wir bewirken können. Unsere Relevanzkriterien sind tief in uns verwurzelt und können sich doch im Laufe der Expedition, die wir Leben nennen, immer wieder verändern. Relevanz ist bunt wie das Leben. Deshalb begleitet dieses Wort die Überlegungen in diesem Buch von der ersten bis zur letzten Seite.

Glück übrigens nicht. Denn Glück ist unserer Meinung nach auf nichts eine Antwort, außer auf die Frage nach den Gewinnchancen beim Roulette.

Vielleicht haben wir noch 20 gute Sommer, vielleicht sogar noch 40. Vielleicht aber auch nur zehn. Zehn Sommer, in denen wir den Geruch einer Blumenwiese genießen, Schubladen sprengen und wieder zur Vernunft kommen können. Oder auch nicht. Zehn Sommer, in denen wir uns nach Herzenslust darüber streiten können, was wirklich zählt - und in denen wir uns mit dem Leben versöhnen können.

„Relevanz ist Leben.“

Leben. Oder: Was Sie in diesem Buch erwartet

Relevanz ist Leben. Deshalb haben wir ihr dieses Buch gewidmet. Weil das keine trockene Angelegenheit werden sollte, sondern ein Buch so bunt wie das Leben selbst, haben wir uns auch bei der Form dieses Buches kräftig vom Leben inspirieren lassen. Wir haben unsere Gedanken zu jenen Relevanzfeldern aufgeschrieben, die jeden von uns umtreiben und unserem Leben seine Würze geben. Zehn Themen, die jeden interessieren und jeden angehen: Freiheit und Mobilität, Beruf und Karriere, Geld und Status, Liebe und Partnerschaft, Familie und Kinder, Freundschaft, Spiritualität, Vernetzung, Stil, Gesundheit.

Über all diese Lebensthemen haben wir ein Buch ohne Antworten geschrieben. Genauer gesagt: ohne allgemeingültige Antworten. Dieses Buch ist voller persönlicher Begegnungen, Episoden, Aha-Momente und erlebter Weggabelungen – wie wir sie erfahren haben. Nur in eine Richtung schubsen will es Sie nicht. Wir wollten nicht antworten, sondern fragen, nämlich danach, was wirklich zählt. Und wir wünschen uns, dass unsere Fragen auch bei Ihnen dieses prickelnde Gefühl auslösen, wenn sich plötzlich Gestaltungsräume auftun, die wir vergessen oder verdrängt hatten. Diese spannenden Erkundungsorte nennen wir: Relevanzräume. Das Leben hat viele davon, denn es ist eine einzige große Expedition.

Auf einige unserer Ausflüge nehmen wir Sie in den folgenden Auszügen mit. Vielleicht bekommen Sie Lust auf mehr. Kommen Sie mit?

DIE AUTOREN



Carsten K. Rath und **Sabine Hübner** mögen beide bunte Hunde – und sind es selbst. Sie sind Freunde. Wenn sie über das Leben diskutieren, fliegen schon mal die Funken. Das, was sie trennt, eint sie auch. Vor allem sind sie Menschen mit kunterbunten Biografien. Darüber sprechen sie im Duo auf Bühnen. Schon bevor sie ihr gemeinsames Unternehmen gründeten, waren beide passionierte Entrepreneur.

Sabine Hübners Reise begann im romantischen Salzburger Land. Eine Welt, die sie bis heute erdet und ihr gleichzeitig Flügel verleiht. Ihr Faible ist die Kommunikation – damit verbindet sie Menschen und Werte. Carsten K. Rath hat als Grand Hotelier schon auf vier Kontinenten gelebt und gewirkt und die Welt mit ihren Menschen aus allen Winkeln betrachtet. Jeder für sich und als Team standen sie immer wieder vor der Herausforderung, ihre persönliche Relevanz zu hinterfragen. Nun stellen sie sich der alles entscheidenden Frage gemeinsam: Worauf kommt es im Leben wirklich an?

Das Buch im Überblick

10 Kapitel, 10 Relevanzfelder

Kapitel 1 | Unabhängig leben: Freiheit und Mobilität

Wie viel Freiheit vertrage ich?

Eine Welt ohne Schubladen ist ganz schön anstrengend. Nicht selten sind wir mit all der Freiheit überfordert, die das Leben uns heute bietet. Der neue Luxus: die schiere Verfügbarkeit der Welt durch selbstgesetzte Grenzen in sinnhafte Muster überführen.

Kapitel 2 | Erfolgreich leben: Beruf und Karriere

Für wen arbeite ich?

Was ist das eigentlich: eine Karriere? Gibt es das noch? Brüche im Lebenslauf sind als Qualifikationen heute fast genauso beliebt wie einschlägige Hard Skills. Aber muss man da mitmachen? Erfolg hat viele Facetten – es gibt viele Zukünfte zu erproben.

Kapitel 3 | Reich leben: Geld und Status

Wie viel ist genug?

Der Glaube hält sich hartnäckig, aber können Geld und Status wirklich alle Sehnsüchte erfüllen und alle Probleme lösen? Nach einfachen Antworten muss man bei diesem Thema nie lange suchen. Aber wie viel Erfahrung halten die stand?

Kapitel 4 | Gefühlvoll leben: Liebe und Partnerschaft

Wer macht mich glücklich?

Nicht nur der Gesetzgeber ist mit den Partnerschaftsentswürfen überfordert, die es heute so gibt. Denn Liebe ist ein sehr dehnbarer Begriff. Und das ist auch gut so: Einander relevant sein zu lassen setzt Freude aneinander und an sich selbst voraus.

Kapitel 5 | Zusammen leben: Familie und Kinder

Wem gehöre ich?

Bei der Frage, wer unsere Familie ist, haben wir scheinbar wenig mitzureden. Doch kann man sich Familie wirklich nicht aussuchen? Die gelebte Definition von Familie hat sich verändert – der eigentliche Wert, der sie zusammenhält, ist geblieben.

Kapitel 6 | Gemeinschaftlich leben: Freundschaft

Wer hält es mit mir aus?

In manchen Fragen der individuellen Lebenskonstruktion sind Partner und Familie überfordert. Unser Rollenverständnis ändert sich häufig mit der Welt. Doch wer sind die Menschen, die unsere andauernde Expedition aushalten können?

Kapitel 7 | Beseelt leben: Spiritualität

Woran kann ich glauben?

Die irdischen Vertreter der großen Religionen haben an Strahlkraft verloren. Gleichzeitig gibt es eine Rückbesinnung auf alte Werte. Am Bedürfnis zu glauben hat sich wenig geändert. Wo ist die Lebenshilfe, die relevant ist für unsere Zeit?

Kapitel 8 | Social leben: Vernetzung

Was geht die Welt mein Leben an?

Das Internet ist das Tor zur Welt. Oder könnte es sein – wenn wir nur nicht so damit beschäftigt wären, geliked zu werden. Wer seine Relevanz offline nicht findet, der kann sie auch nicht online posten. Was bringt mir die Vernetzung wirklich?

Kapitel 9 | Schön leben: Stil

Wie wirke ich?

Stil ist nicht das Ende vom Besen – aber wo finden wir ihn dann? Die persönliche Wirkung geht manchem heute über die Frage, was genau da eigentlich am Wirken ist. Doch Stilfragen sind alles andere als oberflächlich, denn Stil erzeugt Bindung.

Kapitel 10 | Lange leben: Gesundheit

Wer oder was macht mich krank?

Ein Menschenleben reicht längst nicht mehr aus, um alle Gesundheitstipps auszuprobieren, die es so gibt. Aber kann die gefühlte Lebensqualität überhaupt mit der statistischen Lebenserwartung mithalten? Wozu eigentlich lange leben?

→ Blick ins Buch



Sabine Hübner & Carsten K. Rath
Das Leben. Ein bunter Hund
Worauf es wirklich ankommt
 ISBN 978-3-86774-473-7 | € 24,90



»Das Leben. Ein bunter Hund« Warum dieser Titel?

Wir beschreiben in unserem Buch zehn Themenfelder, die jeden Einzelnen im Laufe unseres Lebens in unterschiedlichen Stationen in verschiedenen Intensitäten beschäftigen. Im Leben gibt es nun mal keine Schwarz-Weiß-Antworten, das Leben ist bunt - und genau das sollte der Titel prägnant aussagen. Wir wollen in unserem Buch nicht werten. Auch nicht schwarz-weiß, denn das limitiert, eben auf zwei Farben: Schwarz und Weiß.

Was in Ihrem Leben hat Ihr persönliches Relevanzempfinden geprägt?

SABINE HÜBNER: Mein Relevanzempfinden haben immer Menschen und Begegnungen geprägt.

CARSTEN K. RATH: Ich kann das nur unterstreichen. Vor allem dann, wenn mich diese Menschen und Begegnungen auf einen neuen oder anderen Weg gebracht haben. Daraus haben sich Weggabelungen ergeben.

Über welche Fragen sollte sich jeder in seinem Leben Gedanken machen?

Wir finden, es sind diese drei zentralen Fragen:

- Worauf kommt es wirklich an?
- Was ist mir wirklich wichtig?
- Wo will ich hin?

→ Zum Autorenavideo



Wird Glück überschätzt?

Glück bedeutet für uns, gute Dinge zu tun – für uns selbst oder auch für andere.

Gibt es das eine Rezept, um glücklich zu werden?

Oder besser gesagt: um sein Leben mit Relevanz zu füllen?

Wir können unser Leben dann mit Relevanz füllen, wenn wir nicht aufhören und nicht müde werden, die richtigen Antworten für uns selbst auf die drei zentralen Fragen zu finden.

Was macht Ihre Freundschaft aus?

Wir haben uns gefunden und nicht gesucht. Und das, was uns trennt, eint uns auch.

Was ist Ihr persönliches Motto?

CARSTEN K. RATH: Life is grand.

SABINE HÜBNER: Treue gibt es nur in Freiheit.

Was nimmt der Leser aus dem Buch mit?

Das Wichtigste steht in unserem Buch zwischen den Zeilen, dort, wo Sie als Leser Ihre eigene Wahrheit finden – über das Leben und darüber, was in Ihrem Leben relevant ist.

Auszug aus Kapitel 6

Gemeinschaftlich leben: Freundschaft

Die Rolle der Freundschaft

Freunde sind Menschen, die sich finden, nicht suchen. Doch vielleicht finden wir uns, weil unsere Relevanzexpeditionen sich an einem bestimmten Punkt überschneiden. Weil wir auf ähnliche Weise Suchende im Leben sind.

CKR **Freunde müssen nicht überall übereinstimmen. Eine große Schnittmenge in einem wichtigen Feld reicht schon, um zueinander einen Draht zu finden.** CKR

Wir beide führen gemeinsam ein Unternehmen, halten zusammen Vorträge und beraten zu zweit und mit unserem Team andere Unternehmen. Gehen gemeinsam zu Business-Essen und auf Messen, treffen Geschäftspartner zusammen, entwerfen Strategien für die Zukunft. Wir schreiben zusammen Bücher wie dieses hier. Alles Dinge, die normalerweise Kollegen miteinander tun.

Wir machen aber auch Urlaub zusammen. Wir unternehmen gemeinsam Wochenendtrips und probieren neue Restaurants aus. Wir checken zusammen in Hotels ein und treffen gemeinsame Freunde oder unsere Familienmitglieder. Alles Dinge, die normalerweise Paare miteinander tun.

Wir machen auch Sport miteinander, reden bis in die Nacht bei einer Flasche Wein, geigen einander die Meinung, beraten uns in Lebensfragen. Wir nehmen uns gegenseitig auf den Arm und geben aufeinander acht. Alles Dinge, die normalerweise Freunde miteinander tun. Und all die anderen Dinge etwa nicht?

SH Echte Freundschaft braucht keine Investition. SH

Relevanzarbeit ist Beziehungsarbeit, und Beziehungsarbeit ist Relevanzarbeit. Auf Dauer aushalten können das oft nur unsere wahren Freunde. Doch woran erkennen wir die? Wer sind die Menschen, mit denen wir gemeinschaftlich – nicht zwingend zusammen – leben können? Wer hält es mit mir aus?

Auszug aus Kapitel 2

Erfolgreich leben: Beruf und Karriere

Karrierefragen und warum wir sie stellen

Sind wir die Besten, die wir sein können? Diese Frage haben wir beide uns unabhängig voneinander sehr intensiv gestellt, als wir uns kennenlernten. Das war ein verbindendes Moment – das erste von vielen. Daraus ist viel entstanden: ein gemeinsames Unternehmen, gemeinsame Reisen, gemeinsame Bücher, zum Beispiel. Doch am Anfang war diese Frage – und einige andere, die in diesem Buch ebenfalls noch eine Rolle spielen werden.

Durch unsere »Karrieren«, oder wie immer man das nennen möchte, hatten wir beide einen Platz im Leben erreicht, wo man sich zweimal Gedanken darüber macht, wie es weitergeht. An einem bestimmten Punkt könnte man ja komfortabel einfach so weitermachen wie bisher, in dem Wissen, dass es einem nicht schlechter gehen wird. Die meisten tun das auch, und treffen damit vielleicht die richtige Entscheidung für sich.

Bei uns folgte an dieser Stelle eine wichtige Erkenntnis von vielen, an denen wir unsere Seelenverwandtschaft erkannten: lieber etwas Neues wagen und das Risiko des Scheiterns in Kauf nehmen, als in einem Kompromiss steckenzubleiben.

^{SH} **Mit 28 habe ich an einem Seminar über Erfolgsplanung teilgenommen. Damals habe ich eine Woche lang unter Aufbietung all meiner Fantasie und entlang teils abstrusester Übungsroutinen aufgeschrieben, was ich im Leben so alles vor zu haben glaubte. 20 Jahre später fand ich diesen Ordner zufällig während eines Umzugs wieder und stellte fest: Nichts, aber auch gar nichts davon war eingetreten. All diese Ziele waren nämlich nicht meine gewesen. Vielmehr hatte ich aufgeschrieben, was man damals von mir erwartete. Die vermeintlichen Erfolgsmotive waren fremdgesteuert.**^{SH}

Tatsächlich sind oft ganz andere Dinge für uns relevant, als wir glauben – oder man uns glauben macht.

^{CKR} **Wie viele Menschen sind schon mit völlig überzogenen Erwartungen aus »Tschakka«-Seminaren herausgekommen, die sie dann nie erfüllen konnten? Wie viele Menschen haben der Motivationswahn und die Benchmarking-Sucht unglücklicher gemacht, als sie ohne all das je geworden wären?**^{CKR}

Wenn alles geht und jede Entscheidung mindestens theoretisch gelebt werden kann, ist die größte Freiheit vielleicht die des Abwählens im fortlaufenden Prozess der Relevanzzerprobung. Nein sagen können und weitergehen. Relevanz ist, wenn man bereit für den Schmerz ist. Freiheit hat immer Konsequenzen – bin ich bereit, sie zu tragen?

Wie viel Freiheit vertrage ich?

Für wen arbeite ich?

Wie viel ist genug?

Wer macht mich glücklich?

Wem gehöre ich?

Wer hält es mit mir aus?

Woran kann ich glauben?

Was geht die Welt mein Leben an?

Wie wirke ich?

Wer oder was macht mich krank?

leben. zusammen leben. gemeinschaftlich leben. beseelt leben.
schön leben. lange leben. unabhängig leben. erfolgreich leben.
gefühlvoll leben. zusammen leben. gemeinschaftlich leben.
social leben. schön leben. lange leben.unabhängig leben.
reich leben. gefühlvoll leben. zusammen leben. gemeinschaftlich leben.
beseelt leben. social leben. schön leben. lange leben. unabhängig leben.
erfolgreich leben. reich leben. gefühlvoll leben. zusammen leben. gemeinschaftlich leben.
beseelt leben. social leben. schön leben. lange leben. unabhängig leben.
erfolgreich leben. reich leben. gefühlvoll leben. zusammen leben. gemeinschaftlich leben.
social leben. schön leben. lange leben. unabhängig leben. e
reich leben. gefühlvoll leben. zusammen leben. gemeinschaftlich leben.
beseelt leben. social leben. schön leben. lange leben.unabhängig leben.
erfolgreich leben. reich leben. gefühlvoll leben. zusammen leben. gemeinschaftlich leben.
beseelt leben. social leben. schön leben. lange leben. la

»Das Leben. Ein bunter Hund« erhalten Sie in jeder Buchhandlung oder direkt beim Verlag unter www.murmann-verlag.de. Gerne nehmen wir Ihre Bestellung auch unter bestellungen@murmann-publishers.de entgegen.