MUT ZUR LEBENSFÜHRUNG

PETER HOLZER

Wie Sie in einer unsicheren Welt SELBSTBESTIMMT bleiben – oder es endlich werden

E-Book inside

GABAL

PETER HOLZER

MUT zur Lebensführung

Wie Sie in einer unsicheren Welt
selbstbestimmt bleiben –
oder es endlich werden

GABAL

Externe Links wurden bis zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches geprüft.
Auf etwaige Änderungen zu einem späteren Zeitpunkt hat der Verlag keinen Einfluss.
Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

ISBN 978-3-96740-106-6

Lektorat: Dr. Michael Madel, Ruppichteroth
Umschlaggestaltung: Martin Zech Design, Bremen | www.martinzech.de
Titelillustration: tiero / iStock by Getty Images
Autorenfoto: Jochen Rolfes
Satz und Layout: Das Herstellungsbüro, Hamburg | www.buch-herstellungsbuero.de
Druck und Bindung: Salzland Druck, Staßfurt

Copyright © 2021 GABAL Verlag GmbH, Offenbach

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, auch auszugsweise,
nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags.

Wir drucken in Deutschland.

www.gabal-verlag.de
www.gabal-magazin.de
www.facebook.com/Gabalbuecher
www.twitter.com/gabalbuecher
www.instagram.com/gabalbuecher

PEFC zertifiziert
Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen.
www.pefc.de

Für Alina und Eryk.
Danke, dass ihr mir ein Zuhause gebt,
wo ich so sein kann, wie ich bin.

Für Lio – und in Gedenken an Mozart.
Danke für eure treue und bedingungslose Freundschaft.

In meiner Arbeit als Coach und Berater ist Vertraulichkeit das höchste Gut. Das führt mich beim Schreiben meiner Bücher in einen Konflikt. Blaise Pascal hat es sinngemäß so formuliert: »Die besten Bücher sind die, von denen jeder meint, er habe sie selbst schreiben können.« Dem werde ich am leichtesten gerecht, indem ich wahre Geschichten aus dem echten Leben erzähle. Doch wie kann ich dabei die Vertraulichkeit wahren? Wenn es Geschichten über mich sind, gelingt das leicht: Ich schreibe einfach die Wahrheit und verzichte auf Vertraulichkeit. Aber was ist, wenn andere Menschen involviert sind? In diesen Fällen habe ich mich entschieden, Namen, Orte und Begebenheiten an die Wahrheit anzulehnen und Details so zu verändern, dass niemand wiedererkannt werden kann. Eines noch: Wenn ich vom »Anführer« in Ihrem Leben spreche, ist das keine Frage des Geschlechts – sondern eine Frage Ihrer inneren Haltung!

Inhalt

Prolog: Klarheit gibt Power 9

Teil I: Die 7 Todsünden 11

1. Hochmut 12
2. Habgier 18
3. Ausschweifung 24
4. Zorn 31
5. Maßlosigkeit 37
6. Neid 44
7. Trägheit 51

Teil: II: Die 7 Todfeinde 57

1. Die verdammte Angst – aber wovor? 58
2. Das Dreckschwein 64
3. Verloren im Rattenrennen 70
4. Flüchtige Beziehungen 76
5. Lieber Dolch als Konflikt 82
6. Die Gier nach Anerkennung 89
7. Der Mensch schafft sich ab 95

Teil III: 7 Regeln für mutige Anführer 101

1. Verlassen Sie die Herde! 102
2. Gestalten Sie Ihren Horizont! 108
3. Trainieren Sie Ihren Entscheidungsmuskel! 115
4. Werden Sie zum künstlerischen Berserker! 121
5. Drehen Sie sich nicht um! 127
6. Wählen Sie die richtigen Verbündeten! 134
7. Machen Sie Gegenwart! 140

Teil IV: Die 7 Wegelagerer 147
1. Kritiker und Nörgler 148
2. Fehler und Scheitern 154
3. Auf Erlaubnis warten 161
4. Raubbau an sich selbst 168
5. Keine Lust 175
6. Kampf der Freude 182
7. Zwischen Geld und Leidenschaft 188

Teil V: 7 Verbündete in Kopf und Herz 195
1. Menschlich und weltoffen 196
2. Wahrhaftig und mutig 202
3. Klug und besonnen 209
4. Wohlwollend und gütig 215
5. Diszipliniert und fleißig 222
6. Demütig und geduldig 228
7. Liebevoll 234

Die 7 Gebote selbstbestimmter Lebensführung 242

Epilog: Begegnungen 246

Anmerkungen 248
Literatur 250
Stichwortverzeichnis 251
Der Autor 253

Prolog: Klarheit gibt Power

Es gibt nur eine Sache, die ich in meinem Leben bereue. Leider kann ich sie nicht rückgängig machen.

Nach meinem Studium hatte ich rund 50 000 Euro Studienkredit auf der Uhr. Ich war jung, wild. Und völlig unklar. Von Lebenssinn und Reife keine Spur.

Also machte ich mich mit Partnern in der Finanzindustrie selbstständig. Lief wie verrückt dem Geld hinterher. Verbrachte mehr Nächte in Hotels als zu Hause. Der finanzielle Erfolg stellte sich zwar ein. Doch dafür musste ich einen hohen Preis zahlen.

Meine Frau fror zu Hause vor Einsamkeit. Die wilden Gaga-Jahre mit meinem Sohn habe ich mehr oder weniger verpasst. Und dann riss mich auch noch die Diagnose Krebs aus der Bahn. Es wurde mir einfach alles zu viel. Ich wusste weder, wo ich im Leben war. Noch, wo ich hinwollte. Ich hatte die Verbindung zu mir selbst verloren. Wurde wie ein Spielball auf dem Ozean des Lebens hin und her gespült.

In dieser Zeit stand die Hochzeit mit Alina vor der Tür. Doch eines Abends sagte ich zu ihr: »Ich kann nicht.« Und so sagten wir unseren Gästen wieder ab. Trennten uns. Alina zog mit Eryk in eine eigene Wohnung. Ich besiegte den Krebs. Stieg aus der Firma aus. Mein Leben tobte – und stand gleichzeitig plötzlich still. Die Einsamkeit und die Erinnerungen fraßen mich förmlich auf.

Rückblickend weiß ich: Damals hatte ich mich geweigert, die volle Verantwortung und damit auch die Führung über mein Leben zu übernehmen. Statt mich um meine Familie zu kümmern, hatte ich mich in dem Rattenrennen verrannt, das wir Karriere nennen. Als wäre das die wichtigste Säule im Leben. Dieses Tal der Tränen war eine traurige Tragödie und mein größtes Glück zugleich: Ich habe es durchgestanden und bin dadurch zu einem besseren Menschen geworden. Habe die Verbindung zu mir wieder gefunden. Alina gab mir zum Glück eine zweite Chance. Und ich konnte viel aus all den Fehlern lernen.

In meiner Arbeit als Coach erlebe ich immer wieder Unternehmer und Führungskräfte, denen das gleiche Schicksal droht. Sie

verlieren sich im Wettrennen um Profit, Wachstum und Erfolg – und vergessen dabei sich selbst. Ihre Lieben. Ihr Leben.

Dieses Buch soll Ihnen Denkanstöße dafür geben, solche Tragödien zu vermeiden. Oder – sollten Sie bereits drinstecken – für einen Weg hinaus. Denn in einer Welt, die voller Ungewissheit und Unsicherheit ist, sind Sie gefordert, Führung zu übernehmen. Dazu brauchen Sie vor allem Klarheit. Denn Klarheit gibt Power.

Teil I

Die 7 Todsünden

Unser Leben könnte so einfach und angenehm sein – wenn wir es uns selbst bloß nicht so schwer machen würden. Denn die wahren Feinde für Sinn, Glück und Erfüllung lauern in jedem von uns: die Todsünden. Sie sind zwar uralt, doch immer noch brandaktuell. Und sie sind lebensgefährlich. Denn sie haben die Macht, Ihnen Ihr Leben zur Hölle auf Erden zu machen.

1. Hochmut

Hochmut macht unsympathisch. In seiner klassischen Form im Sinne von Überheblichkeit, Arroganz oder Anmaßung ist er leicht zu erkennen. Deswegen hat er im Business nichts zu suchen. Und erst recht nicht im Freundes- und Familienkreis. Mit dem Sprichwort »Hochmut kommt vor dem Fall« erinnern wir uns daran, dass das auch so bleiben soll.

Doch im Hochmut versteckt sich noch eine viel größere Gefahr. Er ist heutzutage mutiert. Seine modernen Formen haben sich getarnt und lauern hinter jeder Ecke. Das ist eine Bedrohung. Für uns alle. Denn dieser moderne Hochmut wuchert wie ein Krebs, der das Fundament unseres friedlichen Zusammenlebens zerfrisst.

Aber wie entlarven Sie die vielen Tarnungen des Hochmuts? Gar nicht so einfach. Denn einige seiner Facetten gelten in unserer Gesellschaft fälschlicherweise als etwas Positives.

Absolute Gewissheit

Uniklinik Köln. Nuklearmedizin. Ich sitze im Behandlungszimmer und warte. Die Diagnose Krebs liegt zwar fast 20 Jahre zurück und ich fühle mich gesund. Aber die Blutwerte nagen seitdem an meinen Nerven. Meine Schilddrüse wurde damals entfernt, und zwei Radiojodtherapien sollten jegliches Schilddrüsengewebe zerstört haben. Aber das Schilddrüsenhormon TG liegt bei mir die ganzen Jahre weiter im leicht nachweisbaren Bereich. So auch heute.

Der Professor erklärt mir: »Es ist nichts zu 100 Prozent sicher in der Medizin. Es kann sein, dass Ihr TG-Wert ein Leben lang in diesem Graubereich bleibt und wir nie eine Ursache dafür finden.« »Sie sagen: ›Kann sein?‹«, frage ich nach. Seine Antwort ist so kurz wie ehrlich: »Die Chancen stehen zu 80 Prozent gut, dass wir keinen Tumor finden!«

80 Prozent? Fuck! Ist das moderne Medizin?!

Andere fahren ins Kloster oder machen ein Meditations-Retreat – mich halten diese jährlichen Routine-Checks auf dem Boden der Tatsachen. Dabei erwische ich mich immer wieder dabei, dass ich

so gern absolute Gewissheit hätte. Nachdem mir die Schilddrüse komplett entfernt wurde, muss es doch möglich sein, dass dieser blöde TG-Wert nicht mehr in meinem Blut nachweisbar ist. Aber so einfach funktioniert Medizin nicht. Unser Körper, die Natur, die ganze Welt – alles ist komplex. Und wir wissen auch heute darüber erschreckend wenig. Ärzte können nicht mal erklären, warum wir Gänsehaut bekommen oder die Haut juckt. Und dennoch glauben wir in unserem Hochmut, alles erklären, kontrollieren und bestimmen zu können.

Kontrollwahn

Dieser Hochmut macht uns blind: Weisheit und Wissen zählen schon lange nicht mehr so viel wie Informationen und Daten. Dabei sind kleinteilige Daten an sich ohne Sinn und damit bedeutungslos. Denken Sie an eine Fliege: Wir können ihre Zusammensetzung bis auf Atomebene beschreiben und löschen ihr Leben mit nur einem Schlag aus. Aber wir sind nicht in der Lage, aus einem Haufen Atome und all den Daten, die wir haben, eine neue Fliege zum Leben zu erwecken. Trotzdem suchen wir blindwütig die Weisheit in den Daten. Haben sie als »Big Data« zum neuen Gold unserer Zeit erklärt.

Wir wollen messen. Und zwar alles! CO_2-Konzentrationen, Feinstaubbelastung, Infektionszahlen. Den monatlichen Zuwachs an Körpergröße unseres Nachwuchses, Bewegungsmuster von Menschen, Zufriedenheit der Kunden, Produktivität pro Mitarbeiter, Körperfettanteil und tägliche Schritte bis hin zur Frage, ob der potenzielle Partner auch aus wissenschaftlicher Sicht zu uns passt. Ob im Privatleben oder im Job: Die Menschen optimieren sich bis an den Rand der Belastbarkeit, hetzen von einem Meeting zur nächsten Deadline und versuchen, alles durch Pläne und Kontrollmaßnahmen im Griff zu halten.

Doch wozu? Wir haben Angst vor der ungewissen Zukunft – und wollen Gewissheit. Denn die gibt Sicherheit. Und die meinen wir zu bekommen, indem wir alles messen – um dann auch alles kontrol-

lieren. Was für eine Hybris! Wir fliegen – mit rund 100 000 km/h – auf einem winzigen Fleck namens Erde durch ein unendliches Universum. Wie hochmütig muss man da sein, um zu denken, dass wir als Menschheit auch nur irgendetwas kontrollieren könnten?

»Wir müssen die Pandemie unter Kontrolle kriegen«, lautete zum Beispiel der Schlachtruf in der Coronakrise. Dabei verkennen wir, dass wir gar nichts unter Kontrolle haben und – egal, welche Maßnahmen wir ergreifen – auf jeden Fall Menschen sterben oder jahrelang an den Folgen leiden. Entweder direkt an Covid-19 – oder an den Folgen der Schutzmaßnahmen, weil Menschen mit anderen Krankheiten nicht behandelt werden oder sich nicht behandeln lassen wollen, in Armut oder soziale Isolation stürzen und daran zugrunde gehen oder sich das Leben nehmen. Von den weltweiten Auswirkungen ganz zu schweigen. Aber wir schauen nur auf die eine Seite der Medaille, die wir sehen wollen. Hauptsache, wir meinen, wir hätten alles unter Kontrolle!

Auch in der Nachwuchsplanung wollen wir nichts mehr dem Zufall überlassen. Jeder hat schließlich das Recht darauf, ein Kind zu haben. Und wenn es dann mit dem Nachwuchs nicht klappt, geht's eben in die Babywunsch-Klinik. Eine nervenaufreibende Tortur: Denn der Zeugungsakt ist dann kein erotisches Vergnügen, sondern ein meisterhaft durchgeplanter Prozess. Messwerte, Termine und Medikamente bestimmen, wo es langläuft. Wenn Sie Glück haben, landen Sie sofort einen Treffer. Und wenn nicht? Neues Geld und nächste Runde. Denn es *muss* einfach klappen!

Dieser Kontrollwahnsinn wird mit zunehmender Technik noch wahnsinniger werden. Hinter dem Begriff »Bio-Engineering« steckt nicht nur die Möglichkeit, durch Genmanipulation Krankheiten zu bekämpfen. Sondern das Streben nach gottgleichem Lebensdesign. Am Tablet wählen die Eltern irgendwann aus, wie das Laborbaby sein soll: Haarfarbe, Intelligenz, Talente … Wir werden sehen, ob die Biologie oder die künstliche Intelligenz am Ende das Rennen zur neuen Krönung der Schöpfung gewinnt. Vielleicht wird es ja eine Mischung: die Super-Mensch-Maschine. Oder unser Hochmut lässt uns vorher fallen …

Selbstdarstellungsporno und Meinungsfanatismus

Getrieben wird der moderne Hochmut auch von unseren Medien. Von Social Media bis Castingshows – der Selbstdarstellungsporno läuft rund um die Uhr auf Hochtouren. Angeben, prahlen, auf wichtig tun. Alle sind schön, stark, sexy und natürlich megaerfolgreich. Die sozialen Medien erziehen uns zu hochmütigen Wesen. Und wer zu wenige Follower, Likes und Shares bekommt, versinkt in Selbstmitleid und Depression.

Und eine Form des modernen Hochmuts wird hier besonders sichtbar: unser Umgang mit Meinungen. Die Theorie dazu sieht so aus: Angeblich leben wir heute in einer Welt der Meinungsvielfalt und der Meinungsfreiheit. Es gibt viele Meinungen. Und die sollten auch ausgetauscht werden. Wir brauchen den Diskurs, das Streitgespräch, um Standpunkte zu hinterfragen, voneinander zu lernen und uns dann auf eine Wahrheit zu einigen.

Das setzt jedoch voraus, dass wir zwar eine eigene Meinung haben, uns jedoch nicht an ihr festklammern. Treffen wir nun auf einen Menschen, der eine andere Meinung hat als wir, versuchen wir, zu verstehen: Wie kommt der Mensch auf diese Sichtweise? Danach gewinnen wir entweder eine neue Perspektive und ändern unsere Meinung. Oder wir bleiben bei unserem Standpunkt.

Lassen Sie nicht die lautesten Brüllaffen gewinnen, sondern die besten Ideen und Lösungen.

So weit die Theorie. Die Praxis sieht anders aus. Denn es verbreitet sich der Meinungsfanatismus. Meinungsvielfalt und Meinungsfreiheit werden so immer mehr erstickt. Menschen erheben ihre persönliche Meinung zu einer absoluten Wahrheit. Beispiel Klimawandel: »Wir müssen den Klimawandel stoppen und die Natur schützen«, fordern manche. Und wollen gleich den Kapitalismus mit abschaffen. Statt Geldfanatismus herrscht dann Ökofanatismus. Eine Diskussion, wie wir öko sind *und* dabei Wohlstand sichern, findet leider viel zu selten statt.

Dieser hochmütige Fanatismus treibt einen Keil in unsere Gesellschaft. Dabei kann kein Mensch die Natur schützen. Wir können bestenfalls respektvoll mit ihr umgehen. Doch müssen wir dazu

wirklich gleich das Fundament unseres Wohlstands zerstören? Mehr Demut und Diskussionsbereitschaft täten uns allen gut, damit wir gemeinsam voneinander lernen und am Ende die beste Lösung gewinnt – und nicht die dominantesten Brüllaffen.

Wie sieht es bei den anderen Herausforderungen unserer Zeit aus? Wo ist der öffentliche Diskurs, um mit Augenmaß einen Weg der Mitte zu finden? Mangelware!

Der Zweck heiligt die Mittel nicht

Verschärft wird der Meinungsfanatismus durch einen Minderheitenhochmut. Heute gibt es nicht mehr *die* Gesellschaft. Unsere »Gemeinschaft« besteht aus vielen unterschiedlich großen und sozialen Fragmenten. Vielfalt ist bunt und gut. Der Haken ist jedoch, dass die zunehmende Fragmentierung dazu führt, dass es kein Zusammengehörigkeitsgefühl als Ganzes gibt. Statt einer Identität der deutschen Gesellschaft, der alle angehören, suchen wir unsere Identität in Splittergruppen: Männer, Frauen, Transgender, Postgender und wie sie alle heißen positionieren sich im Kampf der Geschlechter und fordern Gendersprache, Gleichberechtigung und Sonderbehandlung.

Klimawandelleugner und Klimawandelaktivisten betreten die gleiche Bühne wie Subventionsförderer für Kohle, Stromkonzerne und Luftfahrtgesellschaften und liefern sich böse Schlachten. Christen, Juden, Muslime, Buddhisten und Atheisten haben ihre Sicht der Dinge. Während Eltern nicht einfach nur Eltern sind, sondern sich aufteilen in autoritär, antiautoritär, autokratisch, demokratisch bis hin zu Laisser-faire. Flüchtlingsfrage, Fleisch oder vegan, Zeitumstellung … Es gibt immer mehr Anlässe, die uns trennen.

Schade finde ich, dass aus diesen Meinungsverschiedenheiten keine sachliche Diskussion wird, um so die beste Lösung für die Gesellschaft zu finden. Gefährlich finde ich, dass die Meinungsgruppen stattdessen ihr Ass ausspielen: Der Zweck heiligt die Mittel. Die Betonung liegt hier auf *heiligt*. Die persönliche Meinung wird zu einem quasireligiösen Fanatismus. Und so ziehen wir von ei-

nem gesellschaftlichen Verbalkrieg in den nächsten. Doch es darf nicht sein, dass sich jeder die Wahrheit herauspickt, die ihm gerade gefällt. Und die dann hochmütig zur absoluten Wahrheit für alle erklärt. Am Ende zählt nicht der Hochmut des Einzelnen, sondern das Überleben und die friedliche Koexistenz aller.

Kampf dem Hochmut

Wie können wir nun den wuchernden modernen Hochmut besiegen? Lassen wir uns von dem inspirieren, was einmal war. Im Wort »Hochmut« steckte nämlich ursprünglich etwas Gutes: hoher Mut. Also so etwas wie eine edle Gesinnung. Erst im Laufe der Zeit wurde der Hochmut zur Todsünde degradiert. In der englischen Sprache finden wir einen Ansatz, um den Hochmut wieder zu etwas Positivem zu entwickeln. Denn *pride* bedeutet Hochmut – und auch: Stolz. Stolz statt Hochmut – das ist die Lösung.

Den Stolz kannst du mir nicht nehmen

Rainer Broicher ist HNO-Arzt und mit Herz und Seele Karnevalist in Köln. Doch ein Baum wurde ihm vor einigen Jahren zum Verhängnis. Seine Frau bat ihn, einen Gärtner zu beauftragen. Doch er stieg selbst in die hohe Krone und wollte einen Ast absägen. Er stürzte und brach sich die Wirbelsäule. Seitdem kann er nur noch den Kopf bewegen. Kann so gut wie nichts allein. Muss gefüttert, ins Bett gebracht werden. Vom Toilettengang ganz zu schweigen.

Doch er lässt sich nicht unterkriegen. In der Reha hatte der anspruchsvolle Machertyp die Wahl zwischen Körbeflechten und Malen. Aus der Not machte er eine Tugend und wurde zum Mundmaler. Jedes Jahr erscheint ein Kalender in einer Köln- und Deutschland-Edition. So trägt der zweifache Familienvater weiterhin dazu bei, die Familie zu ernähren.

Hochstapler und Menschen, die nur heiße Luft verbreiten, verfallen schnell dem Hochmut. Sie haben jedoch nichts, auf das sie stolz sein können. Rainer Broicher zeigt, dass Sie nicht die Welt retten

müssen, um stolz zu sein.[1] Die wirklich großen Leistungen liegen manchmal in den vermeintlich kleinen Dingen. Indem Sie sich zum Beispiel nicht kleinkriegen lassen, wenn das Leben gefühlt gegen Sie spielt. Der Unfall hat den Stolz von Rainer nicht brechen können.

Nun sind Sie an der Reihe. Bekämpfen Sie den Hochmut!

Gegenwart machen: Gesundes Selbstbewusstsein leben

Haben Sie den Anspruch, dass alles mess- und kontrollierbar sein muss? Präsentieren Sie sich wie der Gockel auf dem Mist und zeigen allen, wie toll Sie sind? Haben Sie Ihre persönliche Meinung zur absoluten Wahrheit erhoben?

Hören Sie auf damit! Mag sein, dass Sie sich wie Gott fühlen. Sind Sie aber nicht. Machen Sie sich den alten Satz bewusst: »Bedenke Mensch, dass du Staub bist und zu Staub zurückkehrst.«

Statt in Hochmut zu verfallen, überlegen Sie sich lieber, wie Sie aus dem Staub Sternenstaub machen. Wie Sie gute Spuren im Leben anderer Menschen hinterlassen. Leisten Sie etwas in Ihrem Leben, auf das Sie dann zu Recht stolz sein können.

2. Habgier

Habgier ist klasse! Ohne sie würden wir wahrscheinlich noch als Nomaden durch die Steppe ziehen. Denn sie motiviert uns, etwas haben zu wollen. Erreichen wir es, fühlen wir uns gut. So sah das der Investor Ivan Boesky in den 1980er-Jahren. Bereits mit 49 Jahren hatte er ein Vermögen von 200 Millionen Dollar erwirtschaftet und soll gesagt haben: *»Gier ist übrigens gut. Ich will, dass ihr das wisst. Ich denke sogar, Gier ist gesund. Du kannst gierig sein und dich dabei gut fühlen.«*

Tatsächlich: Der Besitz von Statussymbolen hilft den Menschen dabei, ihren Selbstwert zu definieren – oder aufzupolieren.

Der Volksmund weiß: Haste nix, biste nix. Manch selbst ernannter Reichtum-Guru formuliert sogar sinngemäß: Zeig mir deinen Kontostand und ich sage dir, wer du bist.

Dennoch: So richtig sexy war es lange Zeit in unserer Gesellschaft nicht, als gierig zu gelten. Denn wer gierig ist, verhält sich häufig auch geizig. Auf dem Golfplatz ist schon so mancher Multimillionär ausgerastet, wenn ihm drohte, auch nur fünf Euro zu verlieren. Also wird gepfuscht, getrickst und geflucht, nur um ja keinen Cent zu verlieren. Und das nicht nur auf dem Golfplatz …

Der massentaugliche Blick auf die Gier änderte sich dann im Jahr 2002. Damals startete der Elektrohändler Saturn in Deutschland einen kommunikativen Kreuzzug. Die Mission: Gier ist keine negative Eigenschaft von reichen Geizkrägen, sondern etwas Gutes. Und zwar für jeden von uns. Der Schlachtruf lautete: »Geiz ist geil«. Er wurde fast ein Jahrzehnt mantraartig gebetet.

Ich selbst finde Geiz und Gier zwar keineswegs geil. Aber ich meine dennoch: Habgier sollten wir nicht einfach nur verteufeln. Denn sie ist für uns Menschen unverzichtbar.

Gier sorgt für Fortschritt

Wer zufrieden ist, ist satt. Und wer satt ist, ist träge. Und große Teile unserer westlichen Zivilisation sind träge. Gier ist der Turbo, der uns von der Lethargie befreit. Wer Karriere machen will, wechselt alle zwei bis drei Jahre den Job. Die Gier nach Wachstum und Profit motiviert die Unternehmen, sich für gute Mitarbeiter und zahlungskräftige Kunden anzustrengen. Neue Produkte zu entwickeln. Technische Innovationen zu entwickeln. Weltweit treten jeden Tag Millionen Menschen dafür an, Fortschritt, Dominanz und finanziellen Erfolg für sich zu verbuchen. Diese Gier hat im Laufe der Jahrhunderte dafür gesorgt, dass der Fortschritt uns zunehmend von den Leiden des Alltags befreit.

Habgier ist also nützlich und sinnvoll. Sorgt für persönliche Befriedigung und hält unsere Wohlstandsmaschine auf Betriebstemperatur. Aber gleichzeitig ist irgendwas faul mit dieser Gier …

Gier sorgt für Rückschritt

Alle genannten Fortschritte haben auch ihre Schattenseiten. Wer alle zwei Jahre den Job wechselt, kann keine wirkungsvollen Spuren hinterlassen. Denn bis ein Mensch wirklich verstanden hat, wie der Job läuft und wie er Wirkung erzielen kann, hat er die Stelle bereits wieder verlassen. Lebenslaufdesign und Kontostand sind hinter vorgehaltener Hand eben wichtiger als Zugehörigkeit, Loyalität und nachhaltiger echter Erfolg. Und wer im Business nur noch Dollarzeichen in den Augen hat und sich gierig vom Geld steuern lässt, landet eines Tages in dubiosen Grauzonen. Anstand, Fairness und die Tugend des ehrbaren Kaufmanns verkümmern. Es wird betrogen, veruntreut und unfair gehandelt, dass einem die Galle im Hals stehen kann.

Der Wert der Gier ist also ambivalent. Auch für mich persönlich …

Die innere Leere

Der Wecker klingelt. Ich mache die Augen auf und weiß, es wird ein beschissener Tag. Dieses unangenehme Gefühl der inneren Leere. Nicht richtig greifbar. Ein ekelhafter Cocktail aus Angst, Traurigkeit, Wut. »Was willst du eigentlich? Es ist doch alles top. Umsätze laufen. Sonne scheint. Tolle Frau, toller Sohn. Alle gesund!«, versuche ich mir gedanklich gute Laune einzureden. Leider ohne Erfolg. Ich stehe auf. Quäle mich unter die Dusche, schnell einen Kaffee und ab ins Büro.

Das Tagesgeschäft lenkt mich gut von der Leere ab. Bis 16.00 Uhr. Der Kalender zeigt keine weiteren Termine. Und dann packt mich wieder dieses Scheißgefühl der Leere. Ich surfe ziellos durchs Web. Lande auf der Seite eines edlen Schreibwarenherstellers. Bestelle einen Kugelschreiber für 695 Euro. Und ein Gefühl der Euphorie berauscht mich.

Das liegt nun schon fast zwei Jahrzehnte zurück, als ich noch in der Finanzindustrie arbeitete. Der emotionale Kick war natürlich nur von kurzer Dauer. Was für ein absurder Kauf! Heute schäme ich

mich fast dafür, dass ich wie ein Junkie hinter dem nächsten Konsumschuss her war. Der Witz an der Sache ist: Ich kann mit dem Luxusteil noch nicht mal gut schreiben. Es ist mir zu massiv. Stattdessen schreibe ich lieber mit einem Tintenroller für zwei Euro das Stück. Aber damals war ich anders drauf. Infiziert von der Gier. Getrieben von einer inneren Leere, auf der ständigen Jagd nach Erfolg. Gier ist kein Selbstzweck. Sie versucht, dieses Gefühl der Leere oder Angst zu betäuben. Die Angst vor Armut. Oder die Sorge, den Anschluss zu verlieren. Diese innere Leere kompensieren wir dann durch Materielles oder andere Formen der Gier.

Gier sorgt für Freud und Leid zugleich. Überlassen Sie ihr also lieber nicht die Herrschaft in Ihrem Leben.

Vor vielen Jahren lernte ich einen Investor kennen. Ich fragte ihn, was ihn motiviere. Er antwortete: »Ich will Milliardär werden!« Ein paar Sekunden Stille. Ich dachte, er würde das weiter kommentieren, also bohrte ich nach: »Und wozu wollen Sie Milliardär werden?« Doch er verstand meine Frage nicht.

Besitz und Geld sind greifbar und deswegen leichte Ziele für die Menschen. Dagegen sind für viele die Bedürfnisse ihrer Herzen und Seelen unbekannte Mysterien. Schwer zugänglich. Und irgendwie weicher, esoterischer Kram. Also arbeiten sie zehn, zwölf, 15 Stunden am Tag, damit sie sich nicht selbst spüren müssen und stattdessen noch mehr verdienen. Wenn Geld und Gier zum Sinn des Lebens werden, gibt es keinen Sinn mehr. Die Gefahr ist dann groß, dass diese Menschen die Bodenhaftung verlieren.

Ausstieg aus der Gesellschaft

Gieriges Verhalten ist menschlich, aber nur an der Oberfläche. Denn tief in jedem von uns stecken ganz andere Bedürfnisse: nach Zugehörigkeit, nach Anerkennung und nach Sicherheit. Egal, ob extro- oder introvertiert, egal, ob Small- oder Wenig-Talker: Jeder von uns braucht einen Clan, zu dem er gehört. Auch Sie. Aber: Wegen der Gier können Sie genau das verlieren, wonach Sie sich in Ihrem tiefsten Inneren sehnen. Und zwar auf gleich mehrere Arten.

Erstens: Gier isoliert

Wer glaubt, mit Habgier und daraus folgendem Wohlstand würde er automatisch fester in der Gesellschaft verankert, der irrt. Denn wenn Sie immer mehr Geld anhäufen, steigen Sie aus der Gesellschaft aus. Sie sind nicht mehr auf Nachbarschaftshilfe oder andere soziale Handlungen angewiesen. Sie bezahlen einfach für das, was Sie brauchen. Geld macht aus sozialen Handlungen kalte Transaktionen. Wer per Anhalter reist, ist darauf angewiesen, dass ein Mensch ihn mitnimmt. Wer Geld hat, mietet sich einfach einen Wagen oder ruft ein Taxi.

Wenn die Gier nach Geld so groß ist, dass sie Ihr Leben steuert, werden Sie blindwütig viel Zeit, Energie und Ressourcen investieren, um Ihr Vermögen immer weiter wachsen zu lassen. Vielleicht gehen Sie eines Tages über Leichen, machen krumme Geschäfte, weil die Gier Sie blind macht. Oder Sie verbringen viel Zeit mit Ihrem Beruf, aber zu wenig Zeit mit echten Freunden, Ihrer Familie und Ihrem Körper – und verlieren, wenn Sie Pech haben, am Ende das, was Ihnen am wichtigsten ist. Denn echte Freunde, echte Liebe und Gesundheit – die bekommen Sie für kein Geld der Welt.

Gier kann Sie in vielen Lebensbereichen isolieren, wenn Sie nach egozentrischem Reichtum lechzen. Wer gierig die sexuellen Spielwiesen außerhalb des Ehebettes sucht, landet vielleicht irgendwann vor dem Scheidungsgericht, wenn der Lebenspartner von den Affären Wind bekommt. Wer gierig nach Anerkennung ist und sich ständig großkotzig ins Rampenlicht stellt, wird eines Tages von den Menschen ignoriert. Wer gierig darauf ist, recht zu haben, findet irgendwann keine Gesprächspartner mehr.

Zweitens: Gier tötet Sinn

Gemeinschaft entsteht nicht, weil eine Gruppe von Menschen dem Geld hinterherrennt. Gemeinschaft entsteht, wenn die Menschen einen gemeinsamen Sinn haben. Einen gemeinsamen Zweck verfolgen. Besonders deutlich wird dies im Wort »Glaubensgemeinschaft«. Die Bewegung *Fridays for Future* hat nicht die Gewinnmaximierung als Ziel, sondern fordert ein nachhaltiges Überleben auf

diesem Planeten. Dahinter stecken Gefühle, Emotionen, Interessen. Ein gemeinsamer Glaube, der so stark ist, dass er Hunderttausende Menschen weltweit mobilisieren konnte.

Auch Freundschaften beruhen nicht darauf, dass Sie von anderen profitieren. Freundschaft basiert auf dem Glauben, dass Ihr Freund dann für Sie da ist, wenn Sie ihn wirklich brauchen – und Sie das Gleiche für ihn tun. Liebe funktioniert nicht aufgrund der Gier, möglichst viel vom anderen zu bekommen. Sondern durch das Gefühl von Zusammengehörigkeit. Der Glaube daran, dass es eine gemeinsame Zukunft gibt – und der Weg durch ein Geben und Nehmen geprägt ist. Und wer einen Glauben im Leben hat, findet darin meist auch seinen Sinn.

Drittens: Gier fördert Wettbewerb statt Gemeinschaft

Ich bin verwundert, dass ich dies schreibe. Denn Wettbewerb ist doch gut; nicht nur im Sport. Doch auf Dauer ist Wettbewerb der Weg in eine Sackgasse. Das Wetteifern ist geprägt von dem Motto »Höher, schneller, weiter« – und die Gier hat nicht zum Ziel, das Gemeinwohl und unser Überleben auf diesem Planeten zu sichern. Sondern den persönlichen Profit. Doch wenn wir langfristig als Spezies überleben wollen, brauchen wir mehr Gemeinschaft und Kooperation, ohne gleich im Sozialismus zu landen. Auch in Ihrem Job. Gemeinschaft sollte in Ihrem ganzen Unternehmen das Leitmotiv sein. Kein Feind im eigenen Lager! In meinen Beratungsprojekten erlebe ich jedoch, dass dies oft nur Lippenbekenntnisse sind. Ego-Verhalten sowie Silo- und Abteilungsdenken sind gelebter Alltag.

Und wie sieht es privat aus? Wenn in Ihrem engsten, persönlichen Umfeld nicht Gemeinschaft und Kooperation das oberste Ziel sind, dann wissen Sie, zu welch unschönen Szenarien das führt: Scheidungen, Familienfehden, Erbstreitereien, Rosenkriege bis hin zu Mord und Todschlag.

Was machen wir nun also mit der Gier? Sie sorgt für Freud und Leid zugleich. Statt andere kritisch an den Pranger zu stellen, schauen Sie doch lieber selbst in den Spiegel. So wie ich damals, als ich über den überteuerten Kugelschreiber nachdachte. Natürlich kaufe

ich heute immer noch gern ein. Ich leiste mir dann lieber weniger, dafür von guter Qualität, als billigen Schrott, der nicht lange hält. Es ist ein genussvoller Konsum, der nicht mehr dazu dient, meine innere Leere zu füllen. Denn die habe ich dadurch gefüllt, dass ich nicht mehr nur nach außen, sondern auch nach innen lebe und mich verwirkliche.

Wie das gelingen kann, schauen wir uns im Verlauf dieses Buches an. An dieser Stelle eines vorweg: Häufig liegt der wahre Genuss im Verzicht. Eine so einfache Weisheit. Gegen die ich leider immer noch viel zu oft verstoße.

Gegenwart machen: Kontrolliert anspruchsvoll sein

Seien Sie anspruchsvoll im Leben, sonst bleiben Sie weit unter Ihren Möglichkeiten. Doch behalten Sie die Kontrolle über Ihre Anspruchshaltung. Gar nicht so einfach. Denn die Gier trägt viele Gewänder. Seien Sie ehrlich zu sich. Wonach sind Sie gierig: Geld, Ansehen, Positionen, Titel, Macht, Essen, Aufmerksamkeit, Sex, Recht haben ...? Schauen Sie sich an, wenn die Gier die Kontrolle über Ihr Leben übernommen hat. Ist das, was Sie sehen, schön? Souverän? Edel? Oder eher die hässliche Fratze der Gier?

Sie haben die Wahl: Führen Sie Ihr Leben – oder lassen Sie sich von der Gier (ver-)führen?

3. Ausschweifung

In Kopf und Herz sind viele Menschen monogam. Doch machen wir uns nichts vor: Unsere Körper sind auf zügellose Fleischeslust programmiert. Früher mag das noch ein Skandal gewesen sein. Aber sexuelle Ausschweifung – das ist heutzutage nichts Besonderes mehr. In meiner Jugend war es für viele Jungs ein nahezu verbotenes und deswegen umso prickelnderes Abenteuer, den neuesten *Playboy* an der Tankstelle zu kaufen; vor allem dann, wenn die Kas-

siererin eine hübsche junge Frau war. Aus heutiger Sicht können wir darüber nur müde lächeln.

Jetzt befriedigt bereits die Werbung auf Straßenplakaten unsere Fleischeslust, indem viel nackte Haut verlockende Botschaften sendet. Sex sells. Und wer es noch intensiver will, hat im Zeitalter von Youporn, Tinder & Co. rund um die Uhr Zugriff auf Sexualität. Selbst extreme Fetische sind nur noch ein paar Klicks entfernt. Durch Filme wie *Fifty Shades of Grey* wurden die erotischen Sehnsüchte jenseits der Missionarsstellung für eine breite Gesellschaft zugänglich gemacht – und damit endgültig enttabuisiert. Alles ist möglich und machbar. Extreme gibt es nicht mehr. In einer freien Gesellschaft soll sich gefälligst jeder entfalten können, wie er will. Erst recht sexuell.

Aber bedeutet das wirklich, dass es keine Tabus und also auch die Ausschweifung nicht mehr gibt?

Mach mich fertig

»Ich weiß nicht, was ich machen soll.« Verzweifelt schaut mich der gestandene Mann an. Bisher drehte sich im Coaching alles um seine Fähigkeit, wirkungsvoller zu führen. Doch heute geht es um ihn und sein Leben. »Ich soll 20 000 Euro bezahlen, sonst stellen sie das Video ins Internet und informieren meine Firma.« Das Video hat Sprengkraft. Es zeigt ihn im Lederoutfit in eindeutigen Posen und bei peinlichen Praktiken.

»Ich weiß auch nicht, wie ich da reingerutscht bin. Es fing damit an, dass ich für eine Studentin eine Wohnung in München mietete und dafür mit ihr eine sexuelle Affäre hatte. Es folgten Besuche bei Prostituierten. Und dann landete ich bei einer Domina. Diese Drogen und diese Videos – sie machen mich einerseits geil …« Er hält inne. Ich setze seinen Satz fort: »… und andererseits zerstören sie Ihr Leben.«

Per Anwalt und Privatdetektiv konnten wir damals das Gröbste vermeiden. Doch die Ausschweifungen forderten ihren Preis: Scheidung. Konflikte mit den Kindern. Und zunehmende gesundheitliche Probleme.

Eindeutig ist unsere Haltung zur Fleischeslust keineswegs. Vielleicht finden Sie die Abenteuer des Herrn unerträglich. Vielleicht ist aber auch eine lebenslange Monogamie die eigentliche Ausschweifung für Sie. Wenn wir genauer hinsehen, tun sich in unserer vermeintlich sexuell freizügigen Gesellschaft plötzlich doch noch Tabus auf. Deutlich wird das bei so etwas Profanem wie unserer Kleidung. Gehen wir an eine deutsche Schule. Sommer. Die Mädels wählen bauchfreie Shirts, enge Tops mit Dekolleté, knappe Miniröcke oder Leggings, die nicht nur hauchdünn, sondern auch noch halbdurchsichtig sind.

Dürfen wir die Persönlichkeitsrechte einschränken und bestimmte Kleidungsstücke an Schulen verbieten? Bisher war die Meinung in Deutschland: Nein. Ich bin jedoch anderer Meinung. Wenn junge Mädchen – im Kopf noch halb Kind, körperlich bereits eine Frau – in der Schule zu knappe Kleidung tragen, lenkt das die Aufmerksamkeit auf die falschen Themen. Unser Körper spricht eine Jahrhunderttausende alte Sprache. Und die ist auf Fortpflanzung und Arterhaltung getrimmt. Fleischeslust hat im Schulalltag nichts zu suchen. Das ist eine Frage von etwas nur scheinbar ganz Altmodischem: von Anstand und Sitte.

Aber die scheinen auch auf den Spielwiesen der Älteren nicht eindeutig definiert zu sein. Ich erinnere mich an einige Unternehmen, in denen die Männer trotz brütender Sommerhitze lange Hosen und Hemden im Büro tragen. Gleichzeitig erscheinen zahlreiche Frauen im zu kurzen Rock, mit zu tiefem Dekolleté oder zu engen Kleidern, die wie ein Hauch von nichts jedes Körperdetail nachzeichnen. Diese Art der Garderobenwahl überschreitet im Einzelfall eindeutig die Grenze zwischen Professionalität und Erotik. Dabei wette ich: Im Stillen weiß jede Frau auf den Zentimeter genau, wie viel Ausschnitt und wie viel Bein zu welchem Anlass angemessen sind. Auch im Büro ist die Garderobenwahl keine Frage von Zwang und Vorgaben, sondern von gesundem Menschenverstand: Will ich sexuelle Reize aussenden oder mich professionell verhalten?

Besonders spannend finde ich, dass im Trubel der sexuellen zwischenmenschlichen Möglichkeiten die Technik zu völlig neuen Tabus führt. Denn es gibt Menschen, die Lust darauf haben, eine