

## Vorwort und Gebrauchsanleitung

Glaut man den Worten des Schriftstellers THORNTON WILDER, dann ist Gelassenheit ein wertvolles persönliches Gut. Er meint: «Der Gelassene nützt seine Chance besser als der Getriebene.» So weit, so gut. Was aber zeigt der Blick in den Alltag unserer Tempo-Gesellschaft? Sind Sie noch gelassen, oder unterliegen Sie auch dem Nonstop-Diktat des Schneller, Besser, Höher und Mehr?

Klingt die Aufforderung, gelassen zu sein, nicht wie ein Anachronismus angesichts des herannahenden Unsicherheitszeitalters? Darf man sich Gelassenheit überhaupt leisten? Hat das nicht den Anstrich von Gleichgültigkeit, vielleicht sogar den Geruch von Überheblichkeit?

Mitnichten. Gelassenheit ist eine wunderbare Form des Selbstbewusstseins. Und wer möchte das nicht - selbstbewusst(er) durchs Leben gehen?

Die 10 Gebote für den gelassenen Lebensmanager sind deshalb auch als Denkipulse zu verstehen, als Anregungen zum Nachdenken, Vordenken, Querdenken, ja zum Überdenken des eigenen Tuns. Sie sind keine Vorschriften, vor allem aber keine moralisierenden Fingerzeige. Sie sagen nicht, was Sie nicht machen sollen, sondern sie sagen, worauf es sich lohnt, seine Bewusstheit und Aufmerksamkeit zu lenken.

Entstanden sind die 10 Gebote so nach und nach aus der Betrachtung der alltäglichen Irrungen und (Ver-)Wirrungen im Management, aus vielen Gesprächen mit wohlthuender Nähe, aus den Geschichten, die mir Menschen in Engpass-Situationen geschildert und anvertraut haben. Nicht verschweigen möchte ich an dieser Stelle, dass viele Erlebnisse aus 25 Jahren Beratungs- und Trainingsarbeit und aus dem persönlichen Spannungsfeld von Familie und Beruf eingeflossen sind.

Wenn Sie sich nun aufmachen, dieses Buch geistig in Besitz zu nehmen, so lassen Sie sich einfach von dem Gebot inspirieren, das momentan für Sie von besonderem Interesse ist.

Geben Sie sich auf jeden Fall die Zeit, die gestellten Fragen zu jedem Gebot zu beantworten, am besten schriftlich, denn «Denken ist Schreiben». Durch das schriftliche Bearbeiten beschenken Sie sich selbst in ungewöhnlich reichem Maße.

Jeweils am Ende eines Gebotes sind eine Reihe von Aphorismen aufgeführt. Wenn es Ihnen Spaß macht, suchen Sie sich Ihren Leitspruch aus, schreiben ihn auf einen Zettel oder dokumentieren ihn anderweitig so, dass er für Sie sichtbar ist. Lassen Sie sich von diesem Sinnspruch inspirieren und fragen Sie sich ruhig, warum Sie ausgerechnet diesen Spruch ausgewählt haben. Was sagt er über Ihre Art zu leben, zu arbeiten, die momentane Situation usw.?

Für mehr Gelassenheit gibt es keine Patentrezepte oder guten Ratschläge. Jeder soll für sich herausfinden, was ihm gut tut. Sicher scheint nur eines: Gelassenheit ist kein Endzustand, sondern ein Prozess. Wir sind immer auf dem Weg dorthin.

Wiehl

Dr. Rolf H. Bay