

Vorwort

Dieses Buch ist für all jene geschrieben, die ein echtes Interesse daran haben, sich selbst zu entdecken und zu entfalten.

Wir alle kommen in unserem Leben immer wieder an Punkte, an denen ein neues Kapitel beginnt – oder beginnen sollte. Abschlüsse, Umbrüche, Einschnitte. Manches kommt zu einem vorhersehbaren Anfang oder Ende, beispielsweise in der Ausbildung, bei beruflichen Positionen oder bei Betreuungsaufgaben als Eltern oder Angehörige. Anderes tritt mitunter unerwartet in unser Leben: Liebe, Krankheit, der Tod von uns nahestehenden Menschen, das Ende einer langjährigen Beziehung oder andere, überraschende Entwicklungen. Plötzlich stehen Fragen im Raum. Wie geht es weiter? Was ist jetzt richtig? Wie wird es gut?

Über mehr als 25 Jahre habe ich Menschen in solchen Veränderungsprozessen begleitet. Als Coach, als Berater und als Führungskraft. Auch ich selbst habe mich privat und beruflich immer wieder neu erfunden. Zuletzt bin ich über eineinhalb Jahre durch eine solche Phase der persönlichen Neuerfindung gegangen. Dabei habe ich mich aufmerksam beobachtet. Die Konzepte und Instrumente, die ich als Unternehmer und Coach verwende, habe ich auf mich selbst angewandt, habe Muster entdeckt und manches persönliche Neuland betreten.

Auf Rückzug in den Reisefeldern Indiens kam ich zu dem Schluss, dass eine bewusste, persönliche Neu(er)findung einer ganz spezifischen Grammatik und Dramaturgie folgt. Auf Basis dieser Beobachtungen und Erfahrungen habe ich die „High-Five der persönlichen Entfaltung“ entwickelt. Sie sind das Leitmodell dieses Buches und beschreiben jene *fünf Schichtungen*, in welche ein solcher Findungsprozess – idealerweise – gebettet ist. Jeder

Schichtung ist ein Kapitel gewidmet, in dem ich diesen Schritt zur Entfaltung detailliert ausleuchte. Um schichtungsspezifische Dynamiken wie auch die Anwendung von Techniken und Instrumenten zu illustrieren, berichte ich von zahlreichen Begebenheiten, Begegnungen und Erfahrungen.

Bevor ich das Modell der „High-Five“ darstelle und in die detaillierte Beschreibung der fünf Schichtungen gehe, wähle ich für den Einstieg bewusst einige sehr persönliche Schilderungen. Ich zeige mich selbst als Veränderungsreisender – mit meinen Wahrnehmungen, Sorgen und Freuden, mit meinem Leuchten und meiner Verletzlichkeit. Ich zeige mich im Wachsen, denn unser Leben ist ein ewiges Werden.

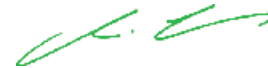
Es ist meine tiefe Überzeugung: Veränderung im menschlichen Leben ist gestaltbar. Wir sind die Piloten unseres Lebens, nicht Passagiere! Zu dieser Einsicht will ich ermutigen. Daher soll dieses Buch Menschen dabei unterstützen, ihr Leben aktiv zu gestalten, sich immer wieder neu zu finden und sich positiv zu entfalten.

Jede und jeder ist anders. Das anzuerkennen, ist mir wichtig. Daher wird nicht alles, was du hier findest – ich habe für die persönliche Ansprache auf dieser „gemeinsamen Reise“ das Du gewählt –, für dich gleich stimmig sein. Manches wird auch irritieren. Ich werbe aber für Großzügigkeit: Es ist, wie es ist. „Die Irritation ist die Mutter der Innovation“, sag‘ ich mir in solchen Fällen und lade die Irritation herzlich ein. Oder manchmal auch bewusst mit einem „Jetzt nicht!“ aus.

Die Verdichtungs- und Schreibarbeiten haben mir selbst viel Klarheit gebracht, vor allem über Muster und Logiken, die sich hinter meinem eigenen Sein, Tun und Lassen verbergen. Insofern war dieses Buch für mich eine äußerst spannende Reise. Eine ebensolche wünsche ich dir!

Ich freue mich über dich als Leserin, als Leser. Schön, dass wir uns hier finden. Ich mag diese Form des gemeinsamen Seins und Tuns. Lesen ist Nahrung für Geist und Seele. „Bücher sind fliegende Teppiche ins Reich der Fantasie“, meinte der Schriftsteller James Daniel. In diesem Sinne: Guten Flug!

Du bist die Pilotin. Du bist der Pilot.



Matthias Strolz

Wien, im Sommer 2019