

Glückauf liebe Leser!

Als Kind des Ruhrgebiets ist mir der Gruß „Glückauf“ sehr vertraut. Dieser alte Bergmannsgruß enthält zwei Wünsche: zum einen, dass sich die Erzgänge vor einem auftun und nicht schließen und dass die anstrengende und mühsame Arbeit am Ende zu Erfolg und Lohn führt. Zum anderen ist Glückauf mit der Hoffnung verbunden, dass man wieder heile aus dem Berg und dem Schwarzen herauf kommt. Manchmal fühlt sich unser Leben auch so an, als seien wir unter Tage. Alles ist dunkel und schwarz um uns herum, kein Tageslicht, keine Sonne, nichts. Wir fühlen uns eingeengt und so, als seien wir nicht nur unter Tage, sondern auch unter dem Leben, das gerade oben ohne uns stattfindet. Manchmal schleppen wir im Leben Dinge mit uns herum, die uns belasten, negative Gefühle, schmerzhaftes Erlebisse, traurige Verluste, leidvolle Erinnerungen an Menschen oder Situationen. Wir alle haben den Wunsch, ohne diesen ganzen Ballast durchs Leben zu gehen und glücklich und zufrieden zu lieben und zu arbeiten. Aber manchmal läuft das Leben nicht so, wie wir es uns wünschen. Kränkungen, Demütigungen und Verletzungen in Partnerschaft, Familie oder Schule und Beruf sind uns allen nicht fremd. Die Trennung vom Freund oder der Freundin, der Verlust eines geliebten Menschen, die Kündigung, der Streit oder der Einbruch, Unfall oder Überfall. Immer wenn unser Leben eine andere Richtung einschlägt, als wir geplant oder gehofft hatten, können wir starkem emotionalem Stress ausgesetzt sein und akute Nervenkrisen erleben. Plötzlich wird es schwarz um uns herum, so wie dem Bergmann, der in die Grube einfährt. Wir fühlen uns verunsichert, hilflos und verletzt. Das ist normal. Wir finden uns in einer Situation wieder, die auf uns bedrohlich wirkt. Es wird eng. Wir geraten unter Druck. Nach einem ersten Schock können wir uns mit etwas Glück dann



berappeln und mit Erfolg und persönlicher Reifung gestärkt wieder am Leben teilnehmen. Egal wie sehr wir manchmal vom Schicksal mitgenommen und geärgert werden, oder das Leben uns in eine dunkle Höhle drückt: jeder Mensch ist von Natur aus in der Lage, schwierige Zeiten zu überstehen.

„Auch aus Steinen, die einem in den Weg gelegt werden, kann man Schönes bauen“, sagte Johann Wolfgang von Goethe. Die Ereignisse an sich sind oft nicht das Schlimme, sondern was wir daraus machen und wie wir darüber denken. Alles hat zwei Seiten, so auch die immer wiederkehrenden Nervenkrisen. Machen Sie aus Problemen Lösungen. Vertrauen Sie Ihren eigenen Kräften. Glauben Sie an sich. Es gibt eine Kraft, die stärker ist als alle Nervenkrisen und Schockerlebnisse zusammen: das ist die Hoffnung und der Glaube an das eigene Leben und die eigene Fähigkeit, mit jedem auch noch so schweren und einschneidenden Lebensereignis alleine zurechtzukommen. Wenn wir dann noch das Glück haben, einen Freund oder eine Freundin zu haben, vielleicht eine Familie, Kinder und eine Arbeit, dann ist das alles, was das Leben zu bieten hat. Sie können sicher sein: egal was es ist, Sie werden es schaffen und stärker werden.

Diamanten findet man ja schließlich auch nur immer im Dunklen, tief unter der Erde. Sie sind das härteste bekannte Mineral. Diamant kommt aus dem griechischen und heißt *„Unbezwingbarer“*. Diamanten bilden sich im Erdmantel unter hohem Druck und Temperaturen, typischerweise in einer Tiefe von etwa 150 Kilometern und bei Temperaturen von 1200 bis 1400° C. Wenn Ihr Leben also ab und zu unter hohen Druck gerät und es auch mal richtig heiß wird, denken Sie daran: es kann etwas sehr Wertvolles daraus entstehen. Im Grunde ist ein Diamant auch nur ein Stück Kohle, das die nötige Ausdauer hatte. Und wenn das Leben uns schleift, bekommen wir erst unseren richtigen Glanz.

Glückauf!

Lünen, im Sommer 2011
Christian Lüdke und Andreas Becker

Vorwort



Ich heiße Marc Bator. Vielleicht kennen Sie mich von meiner Arbeit als Nachrichtensprecher für die Tagesschau in der ARD. Immer wieder werde ich gefragt, wie ich es denn schaffe, gefasst zu bleiben angesichts der vielen furchtbaren Meldungen, die ich im Laufe einer Sendung verlesen muss. Und ob ich den Schrecken mancher Ereignisse auch mit nach Hause nehme?

Ganz ehrlich: ich kann ganz gut damit umgehen und habe im Lauf der Jahre auch eine gewisse Distanz zu den hin und wieder wirklich belastenden Ereignissen in unserer Sendung entwickeln können. Und dennoch gibt es Meldungen, die mir unter die Haut gehen, über die ich später mit meiner Familie spreche, um sie verarbeiten und für mich abhaken zu können. Was nicht heißt, dass man die Ereignisse in den Nachrichten vergessen sollte. Information bildet schließlich. Hört man zumindest immer wieder ...

Oft denke ich auch an die vielen Geschichten hinter einer Nachrichtenmeldung, die nicht den Weg in die Sendung finden. Was fühlen Menschen in den Ländern, in denen Kriege oder Naturkatastrophen das Leben bestimmen, wie gehen sie mit den Dramen ihres Alltags um?

Aber auch Meldungen, zum Beispiel über Stellenstreichungen in unserem Land – wenn wieder ein Unternehmen in die Pleite rutscht, Fabriken geschlossen werden –, ist das für die betroffenen Angestellten ein extrem belastendes Ereignis, das zu Veränderungen führt und zuweilen tiefe Spuren in der Seele hinterlässt.

Und wenn wir auf uns selbst schauen?! Jeder wird im Laufe seines Lebens vor Situationen gestellt, in denen Antworten fehlen, in denen das Leben ungeheuer schwer fällt, weil der Schmerz groß ist. Krankheit, Trennung, Trauer oder sogar Gewalt ...

Eine Urlaubsbekanntschaft verabschiedete sich vor einigen Jahren mit den Worten von mir: werde ein glücklicher Mensch! So banal wie das in den ersten Sekunden klang, so groß war für mich wenige Minuten später – nachdem ich darüber nachgedacht hatte – der Sinn dahinter: an seinem persönlichen Glück kann und muss man arbeiten! Was auch immer wir in unserem Leben Schreckliches oder Dramatisches erleben und erlebt haben, es gibt einen Weg zurück ans Licht!

Wie wir mit belastenden Ereignissen fertig werden, eine Haltung finden, mit der man leben und schließlich das Glück spüren kann, davon handelt dieses wunderbare Buch. Viel Spaß beim Lesen und ganz viele gute Nachrichten in Ihrem Leben, das wünsche ich Ihnen!

Ihr Marc Bator

Geleitwort



Am frühen Morgen des 20.12.1999 betrat ein Mann die Niederlassung meines Unternehmens in Aachen. Er gab vor, Geschäftsmann zu sein und kurzfristig einen Werttransport vom Flughafen Antwerpen nach Köln durchführen lassen zu wollen. Um 08:15 Uhr klingelte er in den Verwaltungsräumen und wurde eingelassen. Zu diesem Zeitpunkt trug er weder eine Maskierung, noch erweckte er den Eindruck, etwas Böses im Schilde zu führen. Eine Mitarbeiterin befand sich allein in der Niederlassung und kurz darauf betraten ein Fahrer und eine Kundenberaterin die Niederlassung. Plötzlich sprang der angebliche Kunde auf und stürzte sich auf die Sekretärin, fesselte diese an den Stuhl, wobei er den Fahrer mit einer Waffe bedrohte und die Fessel mit einer Handgranate verband. Zusätzlich zu seiner Schusswaffe verfügte der Täter über eine weitere Handgranate, die er ebenfalls in seiner Hand hielt und die Menschen damit bedrohte. Dann fuhr der Täter mit seinen Geiseln in einem Geld- und Werttransporter aus der Tiefgarage zur Landeszentralbank (LZB). Es begann eine der längsten Geiselnahmen in Deutschland. Der Geiselnnehmer hatte eine der Geiseln an einem Pfeiler positioniert, über seinem Kopf eine Handgranate angebracht und die anderen Geiseln mit Handgranaten um den Körper versehen. Später wird er eine Geisel anschießen und lebensgefährlich verletzen. Nach rund 50 Stunden verließ der Täter mit einer Geisel die LZB. Bei dem folgenden Zugriff eines Spezialeinsatzkommandos wird der Täter durch einen finalen Rettungsschuss getötet und die Geiseln befreit. Lange Zeit waren die Geiseln traumatisiert und mussten psychologisch betreut werden. Diese Ereignisse haben uns als Familienunternehmen den Anlass gegeben, Psychologie als einen festen Bestandteil in unsere Ausbildungsprogramme zu integrieren. Die Bindung innerhalb der Familie und des Unternehmens, Wertschätzung und Respekt im gegenseitigen Umgang, sind wichtige Voraussetzungen für Sicherheit, Stabilität und Gesundheit. „In einer friedlichen Familie kommt das Glück von selber“, sagt ein altes chinesisches Sprichwort und bringt auf den Punkt, wofür Familie steht: Glück, Zufriedenheit, Zusammenhalt. Die Familie ist der Stabilitätsanker, durch den wir nicht nur in erfolgreichen Tagen Anerkennung und Unterstützung finden. Sie bildet vor allem den Rückzugsort, der uns gerade in schwierigen Zeiten Halt bietet und an dem wir neue Kraft für die vor uns liegenden Herausforderungen sammeln können. Die Familie bildet damit heute und auch in der Zukunft die Basis unserer Gesellschaft. Wie sehr die Familie unsere Gesellschaft prägt, zeigt sich auch im Wirtschaftssektor. Etwa 95 Prozent der in Deutschland ansässigen Betriebe und Unternehmen werden als Familienunternehmen geführt und gelten in wirtschaftlich stürmischen Zeiten oft als letzter Stabilitätsanker. Sie beschäftigen mehr als die Hälfte aller Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer. Darüber hinaus sind die Familienunternehmen in vielfältiger Weise sozial und gesellschaftlich engagiert. Familie steht seit je her für Sicherheit, Beständigkeit und Verlässlichkeit und bildet damit einen zentralen Faktor für die Zufriedenheit und Gesundheit jedes Einzelnen.

Das vorliegende Buch ist ein beeindruckendes Bekenntnis zum Glauben an die eigene Kraft! Die Lektüre kann Sie nicht nur stark, sondern auch persönlich und beruflich erfolgreicher machen.

Ihr Friedrich P. Kötter
Geschäftsführender Gesellschafter der KÖTTER Unternehmensgruppe