

«Mach was, bevor etwas mit dir gemacht wird»

Ronnie Hürlimann (58) hatte keine Vorsätze fürs neue Jahr gefasst. Das Leben hat ihn eines Tages einfach aus der Bahn geworfen. Als er wieder aufstand, wurde das Streben nach Zufriedenheit und Selbstbestimmung zum Vorsatz, so ganz ohne Silvester.

Wir wollen uns alle gern verbessern, mehr bewegen, weniger rauchen, gesünder essen, kurz: Wir wollen mehr Lebensqualität. Also stecken wir uns an Silvester hehre Ziele. Mittlerweile ist es Februar geworden, die selbst gemachte Hühnerbrühe war zu aufwendig und ist längst wieder durch Bouillonwürfel ersetzt worden, die Mitgliedskarte fürs Fitnessstudio haben wir verlegt, und das mit dem Rauchen – na ja, eine kleine Ausnahme sollte doch drin liegen dürfen, nicht? Gute Vorsätze fürs neue Jahr halten leider oft nicht lange die Strasse.

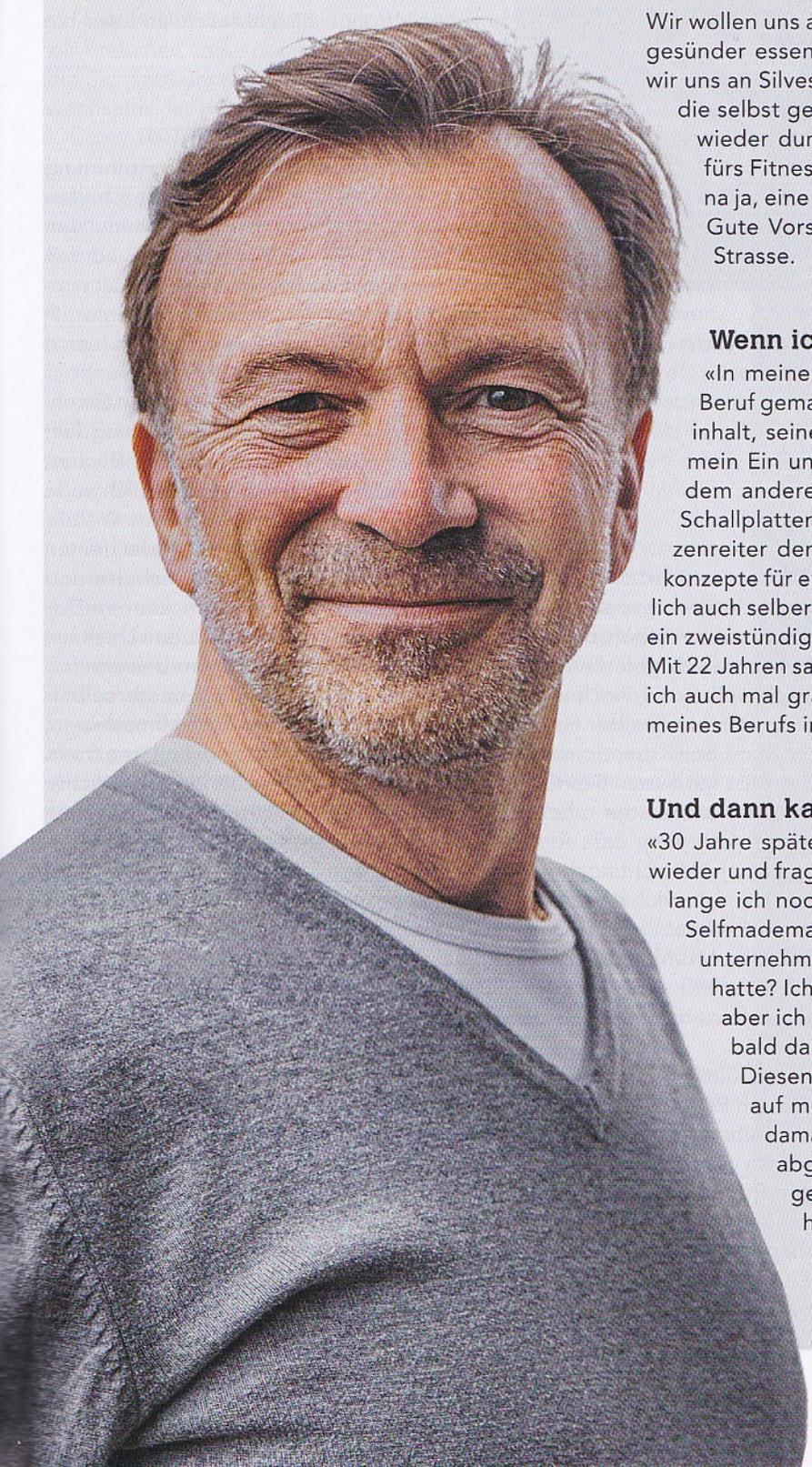
Wenn ich auch mal graue Haare kriege ...

«In meinem jugendlichen Übermut hatte ich mein Hobby zum Beruf gemacht», erzählt Ronnie. Die Musik war damals sein Lebensinhalt, seine Luft zum Atmen, sein Lebenselixier. «Und da Musik mein Ein und Alles war, konnte ich einen beruflichen Erfolg nach dem anderen verbuchen. Ich war DJ, führte einen erfolgreichen Schallplattenladen, produzierte einen Dancefloor-Hit, der zum Spitzenreiter der Schweizer Hitparade avancierte. Ich entwarf Musikkonzepte für einige sehr gut besuchte Clubs und legte selbstverständlich auch selber dort auf. Und irgendwie fand ich noch die Zeit, freitags ein zweistündiges Dance-Music-Special im Radio zu moderieren.» Mit 22 Jahren sagte Hürlimann in einem Zeitungsartikel von sich: «Wenn ich auch mal graue Haare kriege, meine Lebenseinstellung wird dank meines Berufs immer jung bleiben.»

Und dann kam alles anders

«30 Jahre später fand ich mich in der Kantine meines Arbeitgebers wieder und fragte mich, wie lange ich wohl noch arbeiten müsste, wie lange ich noch durchzuhalten hätte. Wo war der energiegeladene Selfmademan von damals abgeblieben? Was war aus dem Jungunternehmer geworden, der seine Leidenschaft zum Beruf gemacht hatte? Ich hatte eine Karriere im Bereich Medien und Marketing, aber ich war fremdbestimmt, unbequem und unzufrieden. Und bald darauf auch arbeitslos.

Diesen Rückschlag hätte ich als Chance verstehen und mich auf meine Anfänge besinnen können. So habe ich das aber damals nicht gesehen. Ich fühlte mich ausgelaugt, irgendwie abgelöscht, und bereute höchstens, dass mir mein Arbeitgeber mit der Kündigung zuvorgekommen war. Umgehend stürzte ich mich in eine neue Aufgabe und damit auch ins berufliche und seelische Verderben. Ich hielt ein Jahr durch, und dann war Ende Feuer, ich war ausgebrannt. Diagnose: Burnout.





© ALLE FOTOS: PRIVATARCHIV/ RONNIE HÜRLIMANN



Als Jungunternehmer im DJ Corner 1987.

Oft bis spät in der Nacht im Aufnahmestudio.

Wer bin ich?

Die darauf folgende Zwangspause gab mir endlich die Musse, ernsthaft darüber nachzudenken, was falsch gelaufen war, was ich eigentlich wollte und, noch wichtiger, was ich nicht mehr wollte. Heute weiss ich, dass mich Selbstbestimmung glücklich macht, dass ich aussuchen darf, mit wem ich zusammenarbeiten möchte und mit wem nicht. Ich weiss, dass Argumente wie: «Ich kann jetzt nicht nochmals von vorne anfangen» oder «Ich habe doch Familie und Verpflichtungen» falsche Glaubenssätze sind. Der Moment für einen Neuanfang ist nie perfekt, und eben deswegen ist der perfekte Moment immer gerade jetzt.

Während meines Klinikaufenthalts habe ich mich mithilfe von Psychologen ein halbes Jahr mit mir selbst beschäftigt, darüber sinniert, was ich will, was ich kann, was mir guttut», sagt Ronnie Hürlimann.

In der Vergangenheit hatte er etliche Konzepte für neue Produkte ausgearbeitet, diesmal konzipierte der Marketingfachmann einen Ronnie-Relaunch. Dabei fiel ihm überhaupt erst auf, dass er seinem

eigentlichen Selbst schon lange nicht mehr begegnet war.

«Ich musste mein eigenes Programm aufbauen, eines, das genau auf mich zugeschnitten war. Ich wollte wissen, was es braucht, um meinem Berufsleben neuen Sinn einzuhauchen, um einen Richtungswechsel zu vollziehen. Was sind meine Stärken, meine ureigenen Wünsche? Welche Träume wurden im Laufe der Zeit begraben, welche möchte ich noch verwirklichen? Wohin will ich denn? Und wer bin ich eigentlich?

Das innere Feuer schüren

Auf der Suche nach meiner Bestimmung erkannte ich, dass ich Menschen helfen wollte. Den erfolgsverwöhnten und den frustrierten. Den ausgebrannten und den Funken sprühenden. Als mir bewusst wurde, dass mein ganz persönliches Programm auch anderen helfen kann, hatte ich meine Berufung gefunden.

Berufung, Erleuchtung, all das in Ehren. Eine erfolgreiche Neupositionierung fällt aber nicht vom Himmel. Ich las Bücher, hörte Podcasts, schaute Videos. Ich habe an mir gearbeitet, Seminare und Weiterbildungen besucht. Immer in der festen Überzeugung, dass ich das schaffe und dass es somit auch andere können. Ich wollte nie wieder am Mittagstisch sitzen und meine Pensionierung herbeisehnen.

Als Berufscoach bin ich heute selbstständig, ich bin wieder der Selfmademan, der sich morgens auf den Arbeitstag freut. Und ich weiss, dass meine Geschichte nicht einmalig ist. Unzählige Menschen strampeln im beruflichen Hamsterrad, sie funktionieren, sie erbringen die geforderte Leistung, die Zahlen stimmen, aber sie sind unzufrieden. Sie sehen keine Perspektiven, sie fühlen sich von einer jüngeren, teils hoch spezialisierten Generation bedrängt. Sie sind mutlos oder verängstigt. Das ist ein wahrer Alterskomplex. Ein Komplex, der von Jungmanagern noch begünstigt wird durch knallharte Aussagen, Leistungsdruck und raues Arbeitsklima. In vielen Unternehmungen werden ältere Mitarbeiter als Ballast gesehen, ihr Wissensreichtum wird nicht mehr erkannt und nicht länger geschätzt.

Wenn aber in unseren Köpfen oder Herzen noch irgendwo ein kleines Feuer brennt, dann können wir das schüren. Dafür sind

Heute ist Ronnie selbstbestimmt und zufrieden.

wir nie zu alt. Ganz egal, ob ein 50-Jähriger endlich sein Hobby zum Beruf machen möchte, einer 60-Jährigen ein Start-up in ihrer Garage vorschwebt oder ein 80-Jähriger einen Harley-Club gründen mag.

Sichtwechsel

Ich habe mein Coachingprogramm Sichtwechsel genannt, denn wir brauchen keine neuen Talente, wir brauchen bloss den Mut, die Sicht auf unsere bestehenden Eigen- und Leidenschaften zu wechseln», ist Hürlimann überzeugt.

Überhaupt ist Mut ein vielschichtiges Phänomen. Die Jugend ist mutig, im Alter nimmt unsere Risikobereitschaft im Allgemeinen ab, denken wir. Oder verwechseln wir da etwa Mut und Leichtsinn? «Wenn man nichts mehr zu verlieren hat», das weiss Ronnie aus eigener Erfahrung, «kann Mut ein sehr starker Antrieb sein. Ich war zum Zeitpunkt meines Burnouts nicht bloss meiner Berufssituation müde, ich war ganz unten angelangt. So weit muss man es aber nicht kommen lassen. Wäre ich mir meiner Notlage früher bewusst geworden, hätte ich rechtzeitig professionelle Hilfe in Anspruch genommen, wäre mir viel Mühe erspart geblieben. Denn wenn es nie zu spät ist, einen Sichtwechsel anzustreben, so ist es dafür auch nie zu früh. Wir sollten der leisen Stimme in uns drin ein bisschen mehr Beachtung schenken, statt sie mit falschen Glaubenssätzen zu übertönen.

Ich habe ungewollt den steinigen Weg gewählt. Doch das Leben ist wie eine Bühne, und wir sind immer Hauptdarsteller in unserem eigenen Schauspiel. Jeder meiner Erfolge und jede meiner Niederlagen habe ich höchstpersönlich herbeigeführt. Ich stand immer in der Hauptrolle. Heute weiss ich, wer ich bin, was ich kann und was nicht. Ich muss niemandem mehr etwas beweisen. Mir selbst schon gar nicht. Wir alle haben es selbst in der Hand, unserem Leben den gewünschten Sinn zu geben. Diese wichtige Erkenntnis teile ich jetzt mit anderen, helfe ihnen, ihren eigenen Weg zu gehen. Manch einem reicht dafür ein kleiner Ansporn, reichen ein paar Monate Schützenhilfe. Ein anderer Veränderungswilliger hingegen hat möglicherweise sein Selbstwertgefühl tief in seinem Inneren vergraben und braucht ein bisschen länger, um seine Hauptrolle neu zu schreiben. Das ist völlig in Ordnung, Beratung ist kein Leistungssport. Mein Motto heute ist: «Mach etwas, bevor etwas mit dir gemacht wird.» Das verleiht vielen meiner Kunden Flügel, und mich beflügelt es jeden Tag aufs Neue.

Ob wir nun kleine oder grosse Verbesserungen anstreben, es braucht immer Mut und Wille dazu. Um eine nachhaltige Veränderung herbeizuführen, müssen wir aber auch unseren ganz persönlichen Schweinehund bezwingen», sagt Ronnie mit Zuversicht.

Auch wenn das neue Jahr nicht mehr ganz so neu ist, ob wir nun das Fitnessabo reaktivieren, die gesunden Kochrezepte aus der Schublade kramen oder neue Lebensperspektiven in Angriff nehmen wollen, das Streben nach mehr Zufriedenheit lohnt sich auch im Februar noch.

Fanny Bucheli

