



Kerstin Hack

Begabt und berufen

Entdecke, wer du bist und finde deinen Platz

DfE



Inhaltsverzeichnis

Berufungsfeld	3
Tipps zur Anwendung.....	5

Woche 1: Berufen zum Leben	6
1.1 Berufung – was ist das?	7
1.2 Berufung zum Leben	8
1.3 Einzigartig	9
1.4 Berufen zum Miteinander	10
1.5 Eingebettete Berufung	11
1.6 Geteilte Berufung.....	12
1.7 Berufungsgeschichte	13

Woche 2: Begabung und Sinn finden	14
2.1 Das kann ich gut	15
2.2 Was andere sehen.....	16
2.3 Gaben trainieren.....	17
2.4 Deine Persönlichkeit	18
2.5 Deine Werte	19
2.6 Deine Erfahrungen	20
2.7 Deine Herkunft.....	21

Woche 3: Deine Leidenschaften	22
3.1 Was ist Leidenschaft?	23
3.2 Ein Bild vor Augen.....	24
3.3 Sinn	25
3.4 Raum für Leidenschaft	26
3.5 Segel setzen an	27
3.6 Wodurch berufen?	28
3.7 Fünf Leben.....	29

Woche 4: Mach dich auf	30
4.1 Geschichte schreiben.....	31
4.2 Motivation stärken	32
4.3 Recherchieren	33
4.4 Möglichkeiten ausloten	34
4.5 Ehrenamt	35
4.6 Passend und richtig.....	36
4.7 Symphonie des Lebens	37

Was mir wichtig wurde	38
-----------------------------	----



Kerstin Hack: Begabt und berufen. Entdecke, wer du bist und finde deinen Platz · Quadro Nr. 48
© 2014 Down to Earth · Laubacher Str. 16 II · 14197 Berlin

Gestaltung: www.michaelzimmermann.com
Fotos: photocase.com - mathias the dread (1),
Susann Städter (6), steffne (14), Jo3-Hannes (22),
oli_ok (30)
Lektorat: Andrea Specht
Druck: Müller Fotosatz & Druck GmbH, Selbitz
Printed in Germany
ISBN: 978-3-86270-861-1
ISBN E-Book: 978-3-86270-862-8

Zitate stammen aus der Zitate-Sammlung
»Gut gesagt«, Down to Earth Verlag, 2008.

Viele Titel sind auch als E-Book erhältlich, u.a. unter
www.down-to-earth.de/e-books

Bezug im Buchhandel oder direkt beim Verlag:
Down to Earth bei Chrismedia
Robert-Bosch-Str. 10 · 35460 Staufenberg
Tel: 06406 - 8346 0 · Fax: 06406 - 8346 125
bestellung@chrismedia24.de

Mehr Inspiration und weitere Quadros unter
www.down-to-earth.de und www.meinquadro.de



Berufungsfeld

*Jeder Mensch ist gut am richtigen Platz.
—Thomas Guidici*

■ Wozu bin ich berufen? Das ist eine Frage, die viele Menschen umtreibt. Dabei herrscht oft die Vorstellung vor, es gäbe einen ganz spezifischen Punkt, eine absolut passende Aufgabe, in der man seine Berufung findet. Bei manchen Menschen scheint es ja so zu sein: Mutter Teresa oder Albert Schweitzer, die ihre Berufung in der Fürsorge für Notleidende und Kranke gefunden haben. Oder Steve Jobs, der seine Berufung in der Entwicklung von Kommunikationstechnik fand. Bill Gates hat eine Stiftung gegründet, um Armut zu bekämpfen. Und konzentriert sich auf Gesundheitsfürsorge.

Doch wenn man genauer hinsieht, erkennt man: Berufung ist eher ein Feld als ein Punkt. Mutter Teresa hätte sich im Rahmen ihrer Berufung auch um Straßenkinder kümmern können – und viele ihrer Nachfolgerinnen tun das. Und Albert Schweitzer hätte statt eines großen Krankenhauses auch ein Netz von ambulanten Kliniken ins Leben rufen können. Steve Jobs hätte auch ganz andere Dinge erfinden können.

Und Bill Gates fördert neben Gesundheit auch Projekte für Wirtschaft und Bildung. Der Gedanke, Berufung sei wie ein ganz spezifischer Punkt, den man finden muss, kann Stress und Angst auslösen. Was, wenn ich die ganz spezifische Berufung nicht finde? Ist dann mein Leben umsonst gelebt? Hier möchte ich gern Entlastung bringen: Ich sehe Berufung eher wie ein – relativ weites – Feld, in dem man sich bewegen und verschiedene Dinge tun kann. Aufgrund meiner Begabungen und Interessen gehört es zu meiner Berufung, Menschen zu inspirieren. Das tue ich auf ganz vielfältige Art und Weise. Manchmal durch Seminare, zu anderen Zeiten durch Coaching oder wie jetzt durch Schreiben.

Innerhalb des Berufungsfeldes ist eine große Bandbreite verschiedener Maßnahmen möglich. Wichtig für ein sinnerfülltes Leben ist nur, sich nicht zu oft außerhalb des Berufungsfeldes zu bewegen. Also möglichst wenig Dinge zu tun, die außerhalb der eigenen Begabung und Begeisterung liegen.



In der ersten Woche dieses Quadros liegt der Schwerpunkt auf der ganz breiten Berufung zum Leben. Allein dadurch, dass du da bist und bist, wer du bist ist, lebst du schon einen Teil deiner Berufung aus. Und das ist wunderbar.

Woche zwei dreht sich stärker um die Gaben, Talente und Erfahrungen, die dich von anderen unterscheiden und dich dadurch auch zu bestimmten Aufgaben und Tätigkeiten rufen. Und auch um die Struktur deiner Persönlichkeit. Hier geht es um eine Art Entdeckungsreise: Wahrzunehmen, was das Leben dir an Schätzen mitgegeben hat. Und auch zu erkennen, welche Werte deine Entscheidungen ebenso beeinflussen wie dein Wohlfühlen in einem bestimmten Umfeld.

In Woche drei kommst du deinen Leidenschaften auf die Spur. Wann leuchten deine Augen? Was begeistert dich?

Woche vier bündelt das Ganze und versucht aufzuzeigen, wie aus dem, was dich ausmacht, konkrete Wege werden können.

Und wie du erste Schritte gehen kannst, so wie es deiner Lebenssituation, deinem Alter und deinem Umfeld am ehesten entspricht.

Die eigene Berufung zu finden ist – ähnlich wie beim eigenen Kleidungsstil – ein lebenslanger Prozess. Er wird von äußeren Faktoren ebenso beeinflusst wie von inneren Veränderungen.

Mein Wunsch ist es, dass dieses Quadro dir einige grundlegende Impulse gibt für deine Entdeckungsreise zu deiner Berufung. Und dass es dich ermutigt, dich auf den Weg zu machen. Wege entstehen nicht im Nachdenken, sondern im Gehen. Dieses Quadro kann dir Ideen und Anregungen geben. Die nächsten Schritte kannst und darfst du dann selbst gehen.

Viel Freude beim Suchen und Finden wünscht dir

Kerstin Hack

—Kerstin Hack



Tipps zur Anwendung

■ Dieses Quadro ist in 28 Kapitel aufgeteilt. Du kannst vier Wochen lang täglich einen Abschnitt lesen und umsetzen. Wenn dich ein Kapitel besonders anspricht, dann lies es ruhig mehrfach.

■ Die Texte können fortlaufend oder einzeln gelesen werden. Fang ruhig mit dem Thema an, das dich am meisten interessiert.

■ Am Ende jedes Abschnittes findest du Fragen. Nimm dir Zeit, darüber nachzudenken und sie ehrlich zu beantworten. Ich empfehle, die Fragen schriftlich zu beantworten. Was schriftlich ist, wird konkret. Mach dir auch Notizen, wie du die Handlungsimpulse umsetzen möchtest.

■ Wer passiv konsumiert, bleibt passiv. Frage dich nach jedem Lesen: Wenn ich jemandem erzählen würde, was mir der wichtigste Impuls war – was würde ich ihm oder ihr sagen?

■ Du kannst für Notizen ein einfaches Notizbuch verwenden oder *Mein Quadro*, das wir speziell für die Quadro-Serie entwickelt haben.

■ Lies das Quadro gemeinsam mit deinem Partner, Freunden, einer Gruppe und sprech darüber. Ihr werdet feststellen, dass ihr euch gegenseitig unterstützen, inspirieren, Rat geben und beim Entdecken eurer Berufung helfen könnt.

■ Nimm dir einige Minuten Zeit, um mit Gott oder Menschen über das Gelesene zu reden – dadurch verankert es sich besser.

■ Bleib gelassen. Deine Berufung zu entdecken und Wege zu suchen, sie umzusetzen, ist ein lebenslanger Prozess. Freue dich über jeden noch so kleinen Schritt, der dich auf diesem Weg weiterbringt.

■ Mach eine Liste der Bereiche, in denen das Ausleben deiner Begabung und Berufung bisher eher zu kurz kommt. Überlege dir, welche ein bis drei Bereiche du stärker ausbauen möchtest, um mehr Berufungs- und Lebensfreude zu erleben. Du kannst diese Bewertung mehrmals im Jahr wiederholen, um zu beobachten und vielleicht auch zu feiern, was du bereits entwickelt und verändert hast.

Woche 1
Berufen zum Leben



Die beiden wichtigsten Tage deines Lebens sind der Tag, an dem du geboren wurdest, und der Tag, an dem du herausfindest, warum!

—Mark Twain

Berufung – was ist das?

■ Berufung beinhaltet schon im Wort den Aspekt »Ruf«. Da ruft einen etwas oder jemand zu etwas Bestimmtem. Meist zu einer Aufgabe oder Tätigkeit. Das Wort »Beruf« drückt das ja klar aus. Viele Menschen wünschen sich einen Beruf zu finden, der ihrer Berufung entspricht.

Berufung ist für viele auch mit einem Versprechen verbunden: Wenn ich meine Berufung gefunden habe, dann werde ich klarer leben können. Ich weiß, was ich tun will und soll. Und es ist mit der Vorstellung verbunden, dass man glücklicher und zufriedener lebt, wenn man seine Berufung gefunden hat.

Die Erfahrung vieler Menschen bestätigt das. Es ist zutiefst befriedigend, wenn man sagen kann: »Das ist mein Ding. Ich hab's gefunden!« Es gibt Klarheit, wenn man weiß: Das will und soll ich tun. Es schenkt Freude, wenn man sich in einem Bereich einsetzen kann, der einem entspricht und zu dem man sich berufen fühlt.

Doch wie hört man diesen »Ruf«?

Manchmal ist es dramatisch – die berühmte Stimme vom Himmel, die einem sagt: »Tue dies oder jenes.« Oder ein Erlebnis, das einen bewegt und durch das einen die Erkenntnis trifft: Das ist genau mein Ding! Das will mich!

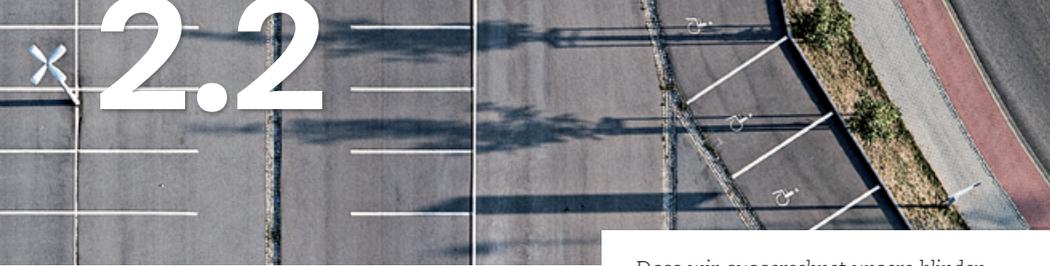
Doch bei den meisten Menschen ist es weniger dramatisch. Durch Auseinandersetzung mit ihren Gaben und ihrer Geschichte wächst die Erkenntnis: Das passt zu mir. Hier kann ich mich einbringen. Dafür schein ich gemacht zu sein. Die leise Stimme der Berufung zu erkennen kannst du in den nächsten Wochen besser lernen.

■ Denk mal

Was versprichst du dir davon, deine Berufung zu finden?

■ Mach mal

Mache eine Liste von zehn Menschen in deinem Umfeld, die ihre Berufung leben. Suche das Gespräch mit ihnen.



2.2

Was andere sehen

*Das wir ausgerechnet unsere blinden
Flecken nicht sehen können!*

—Beat Rink

■ Häufig hält man die Dinge, die man gut kann, für selbstverständlich. Man nimmt kaum wahr, dass einem da etwas leichter fällt als anderen. So fiel mir selbst erst auf, dass ich gut schreiben kann, als mir eine Redakteurin eine entsprechende Rückmeldung gab.

Manche tun sich aufgrund ihrer Prägung schwer, Begabung zuzugeben. Sie denken, es wäre arrogant, zu sagen: »Das kann ich gut!« Das ist es nicht. Wir sind geschaffen nach Gottes Bild. Und Gott selbst blickte am Ende jedes Schöpfungstages zurück und sagte: »Es war gut!«.

Gesunde Selbsteinschätzung ist nicht arrogant. Arrogant ist, wer sich einbildet, etwas zu sein, was er nicht ist. Oder wer aus dem Blick verliert, dass auch die eigenen Gaben ein Geschenk sind.

Doch gerade weil man in Bezug auf die eigenen Gaben und Begabungen oft blinde Flecken hat, kann es sinnvoll sein, zu reflektieren, welche Gaben andere bei einem selbst wahrnehmen.

Als Ergänzung kann man sich Feedback von anderen einholen. Du kannst dir selbst und Menschen, die du in verschiedenen Lebensbereichen kennst, konkrete Fragen stellen, um deinen Begabungen auf die Spur zu kommen:

- Was fällt mir leichter als anderen?
- Bei was bin ich so richtig in meinem Element?
- Bei welchen Aktivitäten bin ich voll ich?
- Welches meiner Talente hättest du gern selbst?
- Für welche Aufgaben bin ich gut geeignet?

■ Denk mal _____

Was denkst du halten andere Menschen für deine fünf größten Begabungen?

■ Mach mal _____

Befrage je drei Menschen aus Freundes-, Kollegen- und Familienkreis, welche Dinge du aus ihrer Sicht besonders gut kannst.

In den ersten drei Jahren habe ich vor allem vom Talent gelebt und wenig gelernt.

—Boris Becker

Gaben trainieren

■ Der Tennisspieler Boris Becker hatte großes Talent. Er konnte mit Bällen umgehen und kraftvoll und zielsicher schlagen. Das verschaffte ihm den Spitznamen »Bum Bum Becker«. Zum mehrfachen Wimbledonssieger und zur Tennislegende wäre er durch Talent allein nicht geworden. Dafür waren Fleiß, Training und Übung notwendig. Bestimmte Abläufe übte er so oft, bis er sie im Schlaf beherrschte.

Das ist beim Erlernen von Sprachen besonders offensichtlich. Selbst ein Genie mit einer großen Sprachbegabung muss Vokabeln büffeln – von selbst landen die Worte nicht im Gehirn.

Praktisch jede Begabung kann durch Training ausgebaut werden, egal ob es sich um Malerei, öffentliche Rede, Schreiben, Kommunikation, Tanz, technisches Verständnis oder eine sportliche Begabung handelt. Da Zeit und Energie für die Weiterentwicklung der Gabe begrenzt ist, stellt sich die Frage: Welche Begabungen soll man ausbauen? Wo soll man investieren?

Die Antwort kann man auf zwei Wegen finden. Zum einen auf dem Weg der Freude. Es gibt Talente, die man weiterentwickeln will, weil ihre Ausübung besonders viel Spaß macht. Die Freude an sich ist Grund genug.

Das andere Auswahlkriterium kann der Nutzen sein. Der Ausbau eines Talent – etwa das Erlernen einer neuen Sprache oder Fähigkeit – könnte beruflichen Nutzen bringen. Oder es könnte anderen Menschen dienen. Im Idealfall sogar beides.

■ Denk mal

Bei welchen drei deiner Talente könnte Training, um sie auszubauen, besonders lohnend sein?

■ Mach mal

Wähle ein Talent aus, das du in nächster Zeit ausbauen willst. Mache dir einen genauen Plan, wie das Training aussehen soll.

4.6



Passend und richtig

■ Gudrun Kugler, erfolgreiche Online-Partnervermittlerin, geht davon aus: Es gibt nicht nur den einen richtigen Mann, die eine richtige Frau. Es wäre katastrophal schwer und herausfordernd, genau ihn oder sie zu finden. Aber es gibt eine erhebliche Anzahl Menschen, die als Partner passend sind. Nicht 100 Prozent, aber doch ziemlich deckungsgleich. Sie empfiehlt, sich einen der passenden Partner auszusuchen und durch die Wahl zum »Richtigen« zu machen.

Gleiches gilt für Berufung. Egal wie sehr du dich anstrengst: Es ist unwahrscheinlicher als ein Lottogewinn, dass du im Leben immer »sechs Richtige« hast. In anderen Worten: Es wird fast nie der Fall sein, dass viele oder alle Faktoren so zusammenspielen, dass du deine Berufung zu 100 Prozent leben kannst.

Du kannst – analog zu Partnerschaft – aus der Vielzahl der passenden Wege, deine Berufung zu leben, einen auswählen und dann ausbauen. Und so zum Richtigen machen.

Den »Richtigen« gibt es nicht; es gibt nur einen »Passenden«, für den man sich entscheidet.

—Gudrun Kugler

Zu meiner Berufung, Menschen zu inspirieren, habe ich Schreiben und Verlegen als für mich passenden Weg gewählt. Ich hätte auch Filme machen oder mehr Vorträge und Konferenzen wählen können. Auch du wirst mehrere passende Optionen haben, wie du deine Berufung leben kannst. Wichtig ist, dass du dich zu einem passenden Zeitpunkt für eine entscheidest – und sie dadurch zur für dich richtigen machst. Und dann in deiner Berufung lebst. Nicht perfekt, kein Sechser im Lotto – aber passend und richtig für dich.

■ Denk mal

Welche fünf passenden Möglichkeiten siehst du, deine Berufung zu leben?

■ Mach mal

Wähle – nach Überprüfung, Bedenkzeit und Beratung – einen passenden Weg als den richtigen für dich aus.

*Wenn alle die erste Geige spielen wollten,
würden wir nie ein Orchester zusam-
menbekommen.*

—Robert Schumann

Symphonie des Lebens

■ Am Ende geht es darum, das Leben zu feiern. Die eigenen Begabungen so einzubringen, dass man selbst in seinem Element ist, aber auch so, dass andere zur Entfaltung kommen.

Das kann bedeuten, dass man sich selbst für eine Weile zurücknimmt. So wie bei der WM 2014 einige gute Spieler – wie etwa Mario Götze – traurig, aber verständnisvoll auf einen Einsatz verzichtet haben, weil es andere, bessere gab. Oder die Aufstellung es erforderte. Ihr großer Moment kam später noch. Götze wurde im letzten Spiel für einen anderen Spieler eingewechselt und schoss das entscheidende Tor, das Deutschland zum Weltmeister machte.

Bei Berufung geht es um Selbstverwirklichung. Es geht darum, auszuleben und einzubringen, was in einem liegt, was man an Gaben, Leidenschaften und Erfahrungen hat.

Aber es geht auch um das große Ganze. Im Orchester spielt man das Instrument, das einem am meisten liegt.

Das ist auch im Leben sinnvoll. Doch auch damit hat man nicht ständig einen Einsatz oder steht immer im Vordergrund. Es geht letztlich nicht nur um einen selbst, sondern um den Gesamtklang, um die Symphonie, die sich Leben nennt.

Es lebt sich leichter, wenn man darauf vertrauen kann, dass es einen Dirigenten gibt, der einem den Platz zuweist und die Einsätze im Blick hat. Dann kann man ruhig mal im Hintergrund bleiben oder auch voll auf die Pauke hauen, wenn es dran ist. Immer mit der großen Freude, dass man an der Symphonie des Lebens mitspielt.

■ Denk mal

Wie sieht dein Beitrag zur Symphonie des Lebens gerade aus?

■ Mach mal

Freue dich, dass du bei allem, was du tust, zur großen Symphonie des Lebens beiträgst.



Was mir wichtig wurde

■ Das ist mir über meine Berufung klar geworden:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

■ Folgende Punkte will ich umsetzen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Christoph Schalk
Ziele erreichen
Wie persönliche Veränderung wirklich gelingt,
40 Seiten

Wir brauchen Ziele – sonst kommen wir nicht da an, wo wir eigentlich hinwollen. Dieses Quadro zeigt, wie du Schritt für Schritt Ziele so entwickelst, dass sie für Kopf und Bauch stimmig sind und du sie zielstrebig erreichen kannst.

Quadro Nr. 35



Kerstin Friedrich
Fokus finden
Erfolg durch engpasskonzentrierte Strategie,
40 Seiten

Wie findet man den richtigen Fokus, statt sich dauernd zu verzetteln? Dieses Quadro zeigt dir, wie man auf Basis seiner Stärken für sich oder sein Unternehmen ein Erfolg versprechendes Konzept entwickeln und umsetzen kann.

Quadro Nr. 26



Kerstin Hack
Lebensfreude
Die Fülle des Lebens entdecken,
40 Seiten

Dein Leben ist eigentlich ganz in Ordnung, aber irgendwie fehlt es dir an Lebensfreude? Dann ist dieses Quadro genau richtig für dich. Es erklärt, welche Haltungen und Handlungen zur Freude führen. Es bietet Inspiration, wie du verlorene Lebensfreude wiederfinden kannst.

Quadro Nr. 15



Birgit Feinstein &
Torsten Huith
Berufung
Impulse, den eigenen Weg zu finden,
32 Seiten

Wofür bist du besonders gut geeignet? Was möchtest du in deinem Leben bewegen? Wofür schlägt dein Herz? Dieses Impulsheft hilft dir dabei, deinen eigenen Weg zu finden und deiner Berufung auf die Spur zu kommen.

Impulsheft Nr. 65

Viele Titel auch als
E-Book erhältlich.

Q Begabt und berufen

Jeder Mensch ist gut am richtigen Platz. —Thomas Guidici

»Was ist Berufung?«, ist eine Frage, die viele Menschen beschäftigt. Kerstin Hack ist überzeugt, dass Berufung weniger ein bestimmter Punkt als ein Feld ist. Ein Raum, innerhalb dessen man sich bewegen und Erfüllung finden kann. Dieses Quadro hilft dir, deine Gaben und Prägungen zu entdecken. Und herauszufinden, welche Aufgaben dir entsprechen und dich beglücken können.

Fragen und Handlungsimpulse helfen dir, das Gelesene praktisch umzusetzen. Das Quadro inspiriert und begleitet dich bei deinem Lernprozess mit vier Impulsen pro Tag:

- Ein prägnantes Zitat
- Ein anregender Denkanstoß
- Eine provokante Frage
- Ein praktischer Handlungsimpuls

Ideal für alle, die ihren Weg finden wollen.

Q Quadro | Richtung finden – leicht gemacht

DTE
Down to Earth

Mit freundlicher Empfehlung von:

ISBN 978-3-86270-861-1



9 783862 708611