

## **Interview mit Martin Fickinger**

### **Sie haben ein neuen Ratgeber geschrieben. Was war Ihre Motivation vor dem Hintergrund der Ratgeberflut, der vergangenen Jahre?**

MF: Sie kennen sicherlich eine ganze Reihe der aktuellen Glücksratgeber. Darin spiegelt sich die Suche nach persönlichem Glück als ein zentrales Anliegen des Menschen unserer Tage deutlich wieder. Ich habe selbst über Jahre eine ganze Reihe dieser Ansätze betrachtet, durchdacht und diskutiert und festgestellt, dass mir die darin vorgestellten Antworten und Konzepte zu kurzgreifend und oberflächlich sind.

### **Finden Sie Ihren Ansatz nicht etwas zu anspruchsvoll, immerhin werden Glücksratgeber millionenfach verkauft?**

MF: Ich denke, dass Glücksratgeber sicher ihre Leser finden, nur kommt man bei genauerer Betrachtung doch nicht an der Tatsache vorbei, dass sich zwischen der Zahl allein der verkauften Glücksratgeber und der Zahl der glücklichen Personen in unserer Gesellschaft eine deutliche Lücke auftut.

### **Sie meinen, es wird viel gelesen und wenig verstanden?**

MF: Vielleicht eher, es wird viel gelesen und wenig gehandelt und die Anleitungen sind nicht umfassend genug. Immer werden nur wenige Aspekte des menschlichen Daseins beleuchtet, die Verbindungen aber zwischen Ernährung und Geisteshaltung beispielweise vernachlässigt.

### **Bistdufrei.de verfolgt also eine ganzheitliche Sichtweise?**

MF: Richtig, sicherlich ist der ganzheitliche Ansatz anspruchsvoller als

eben nur zwei Wochen Diät zu halten oder beruflich erfolgreich auf Kosten einer ausgewogenen sozialen Lebensweise zu sein. Ich erkenne aber mittlerweile ein ausgeprägteres Bedürfnis bei Menschen, die einzelnen Fragmente ihres Daseins zu einem funktionsfähigen Ganzen zu verschmelzen.

### **Was hat das mit Freiheit zu tun?**

MF: Das ist tatsächlich nicht so offensichtlich. Ich bin der Meinung, dass Glück und Freiheit ein und dasselbe sind. Es gibt kein Glück, ohne das richtige Mass an Freiheit. Bistdufrei.de ist eine (r)evolutionäre Anleitung, die Freiräume des eigenen Lebens auszuloten und konstruktiv auszufüllen.

### **Gibt es da einen Zusammenhang zwischen der eingangs erwähnten Ratgeberflut und Ihrem Anliegen für eine individuelle Transformation?**

MF: (schmunzelt) Wissen Sie, mein Bauch träumt von einer gesellschaftlichen Umgebung, in der Menschen frei und lebendig sind und mein Kopf weiss nur zu genau um die Anfälligkeiten und widrigen Umstände, denen ein Mensch heute ausgesetzt ist. Da wir uns als urbane Menschen alle irgendwo zwischen diesen

beiden Polen von Wunsch und Anfälligkeit befinden, glaube ich, dass Bistdufrei.de für fast jeden einen sehr interessanten Blickwinkel bietet. Ich wünsche mir, dass meine kleine Anleitung zur persönlichen Klärung beiträgt und hoffe, dass es unsere gesellschaftlichen Prozesse etwas geschmeidiger macht.

**Vielen Dank für das Gespräch**