

EIN NEUES CLUBKONZEPT FÜR DIE BRANCHE



Bildungsprogramm
des DFAV e.V.
Winter 2017 /
Frühjahr 2018

Artikel auf Seite 26-27

Fitness-Trends 2018

Ihre Meinung ist gefragt

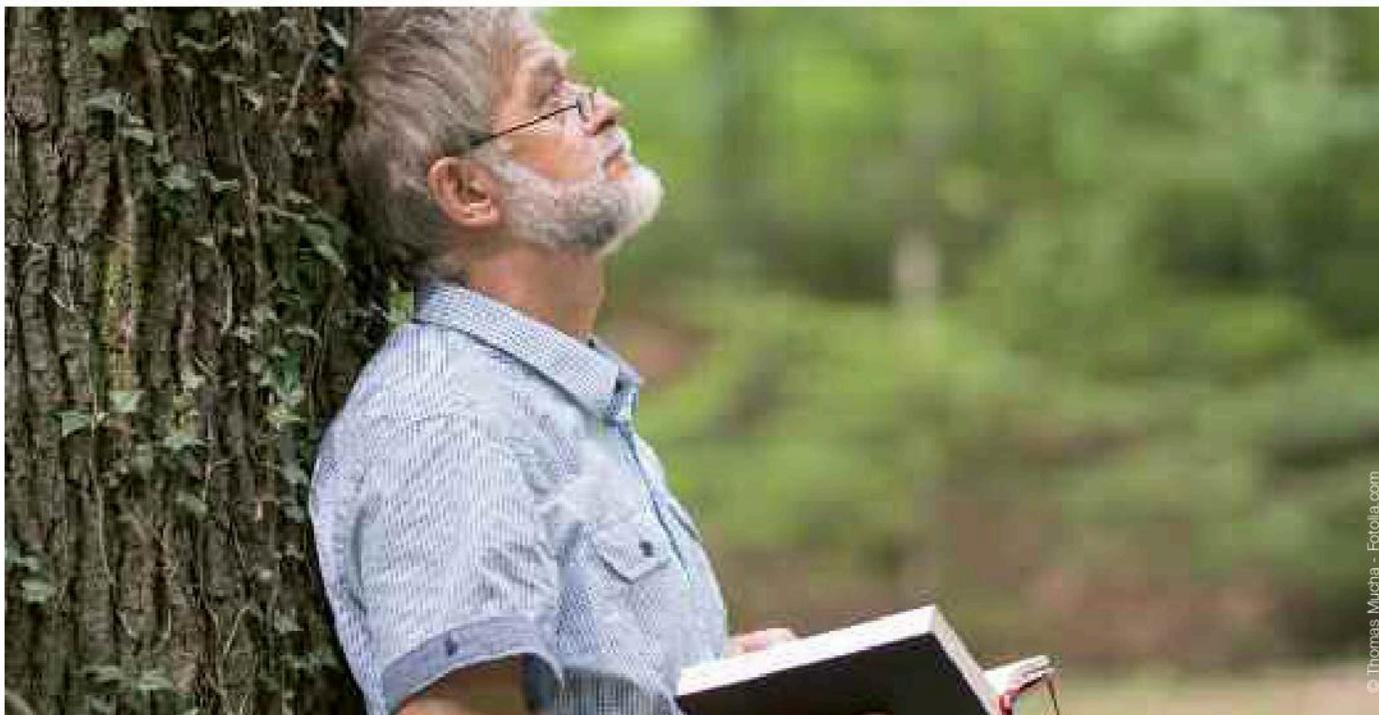
Fachverbände treffen Spitzenpolitik

BVGSD und DFAV knüpfen neue Kontakte

F&G-Insider-Interviews

eGym ONE vernetzt die Trainingsfläche & Wechsel der Geschäftsführung bei Inko

Drei Buchtipps aus der Redaktion



© Thomas Mucha - Fotolia.com

Die Suche nach dem Sinn

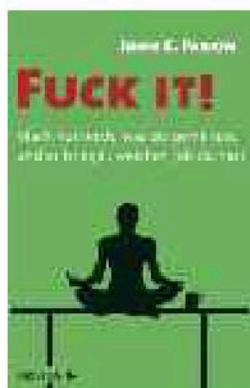
Fühlen Sie sich auch manchmal getrieben und innerlich leer durch die Strapazen einer hochmobilen, digitalen Welt? Schnell kommt dann die Frage auf: Wofür mache ich das? Wir stellen Ihnen drei Bücher vor, die Orientierung versprechen auf der Suche nach dem Sinn im Leben.

FUCK IT!

Nur noch tun, was wir gerne tun. Das klingt eigentlich zu schön, um wahr zu sein, ist aber das Motto dieses Buchs. Glaubt man dem Autor, hilft diese Einstellung auf dem Weg zum richtigen Job, der zu uns passt und uns glücklich und erfolgreich macht.

Tatsächlich greift John C. Parkin damit ein wichtiges Thema auf, denn Umfragen zufolge ist die Mehrheit der Berufstätigen unzufrieden mit ihrem Job. Parkin nimmt die These auf, dass wir am besten seien, wenn wir das, was wir tun, wirklich lieben. Wer sich darauf einlässt, bekommt Tipps für eine erfolgreiche Umsetzung und wird vielleicht auch Mitglied der Fangemeinde von "Fucketters", die die neue Lebenseinstellung pflegen und ausleben.

John C. Parkin: *Fuck it! Mach nur noch, was du gerne tust, und es ist egal, welchen Job du hast.* 288 Seiten, Ariston Verlag 2016.



Die wichtigsten Lebensfragen

Autor Christoph Schlick sieht viele Menschen als Getriebene der modernen Arbeitswelt. Als ehemaliger Benediktinermönch und Leiter des von ihm gegründeten SinnZENTRUMS möchte er den Leser auf der Suche nach dem wichtigen Dreh- und Angelpunkt des Lebens begleiten und greift dabei auf die von Viktor Frankl entwickelte Logotherapie zurück.

Besonderen Wert legt Schlick dabei auf Werte und eine positive Bewertung des temporären Nichtstuns als sinnvolles Innehalten. Sinnerfülltes Leben ist für den Autor Leben in Beziehung.

Christoph Schlick: *Was meinem Leben echten Sinn gibt. Die wichtigsten Lebensfragen klären.* 192 Seiten, Scorpio Verlag 2017.



Das Leben als Kreis

Happinez-Gründerin Inez van Oord gibt Einblick in die Entstehungsgeschichte und Philosophie des erfolgreichen Mindstyle Magazins und verrät ihr persönliches Glückskonzept. Die Idee zu Happinez entstand in einer persönlichen Krise. Warum tue ich, was ich tue? Wie bleibe ich meinen Werten und mir selbst treu? Wie kann aus einem leeren, dunklen Lebenschaos eine sinnhafte Idee, etwas Schönes entstehen?

Um sich dessen immer wieder bewusst zu werden, hat Inez van Oord eine bildhafte Form der Orientierung gefunden: den Kreis. Er wird für sie zum anschaulichen Modell der Welt, in ihm fügt sie alle Kräfte, Prinzipien, Visionen, Meinungen und Gedanken zusammen, zu einem Kreis voller Gegenteile, die zusammen ein Ganzes ergeben.

Inez van Oord zeigt, wie auch wir mithilfe des Kreises in unserem Leben, unseren Beziehungen oder im Job eine neue Richtung einschlagen können.

Inez van Oord: *Wo stehst du, wenn dein Leben ein Kreis ist?* 264 Seiten, Kailash Verlag 2017.

