UniNUN - **Podcast**

Booklet zum Podcast

Matthias Horx

[S01E01]

Ein Gespräch über Lebenskunst

Im Januar 2026 trafen **Matthias Horx** und **Christoph Röckelein** im Rahmen des Geburtstags von **UniNUN** aufeinander. Ausgangspunkt des Gesprächs ist die Gründung von UniNUN gGmbH als Träger und Denkraum des **Studium Generale *Lebenskunst*,** dessen Start für Ende 2026 vorgesehen ist.

Beide diskutierten die Herausforderungen bei der Operationalisierung von Lebenskunst, die Gefahren von Simplifizierung , sowie die Notwendigkeit einer neuen Pädagogik, die sich auf innen nach außen gerichtete Bewusstseinsbildung konzentriert. Das Gespräch behandelte auch Themen wie die Verbindung zwischen Lebenskunst und Zukunftsforschung, die Bedeutung von Genuss versus Hedonismus, sowie die Rolle von Trauer und Abschied in der Lebenskunst.

Der Austausch folgt keiner vorgegebenen Dramaturgie. Er entfaltet sich im Gespräch selbst – offen, tastend und reflektierend. Damit wird er zu einem praktischen Beispiel dessen, worum es geht: Lebenskunst nicht als Konzept, sondern als gelebte Haltung. Besprochen werden dabei ebenso die Chancen wie die Risiken eines solchen Studienangebots, sein gesellschaftlicher Bedarf und seine Relevanz in einer Zeit tiefgreifender Veränderungen.

Podcast Mediathek

Matthias Horx, Trend- und Zukunftsforscher (www.horx.com), Foto: Klaus Vyhnalek (www.vyhnalek.com)

Matthias Horx – Leben, Persönlichkeit und Zukunftsdenken

Matthias Horx (*25. Januar 1955 in Düsseldorf) ist einer der profiliertesten und bekanntesten Trend- und Zukunftsforscher im deutschen Sprachraum. Seine berufliche und intellektuelle Entwicklung ist geprägt von einer frühen Faszination für die Zukunft, die ihn seit seiner Kindheit begleitet. Bereits in den 1960er-Jahren, noch als technikbegeisterter Jugendlicher, interessierte er sich leidenschaftlich für die großen Fragen von Wandel und Möglichkeiten – ein Interesse, das sich später durch sein gesamtes Schaffen zieht.

Nach dem Abitur begann Horx ein Soziologiestudium an der Goethe-Universität Frankfurt am Main, das er jedoch zugunsten einer journalistischen Laufbahn abbrach. In den 1980er- und frühen 1990er-Jahren arbeitete er als Autor und Redakteur für renommierte Magazine und Zeitungen wie Tempo, Merian und Die Zeit. Diese Zeit als Publizist legte den Grundstein für seine späteren Arbeiten: immer mit einem Ohr für gesellschaftliche Veränderungen, immer aufmerksam auf subtile Signale, die tiefere Entwicklungen ankündigen.

Vom Journalismus zur Zukunftsforschung

1993 gründete Horx gemeinsam mit Peter Wippermann das Trendbüro in Hamburg, eine frühe Beratungsagentur für gesellschaftliche Entwicklungen. Wenig später, 1998, setzte er einen entscheidenden Meilenstein seiner Karriere, indem er das Zukunftsinstitut ins Leben rief – einen Think Tank mit Sitz in Frankfurt am Main und später auch in Wien, der Unternehmen, Organisationen und Entscheidungsträger systematisch bei der Identifikation und Interpretation von Trends und Megatrends unterstützt.

Mit dem Zukunftsinstitut schuf Horx eine Institution, die über klassische Trendbeobachtung hinausgeht: Sie versteht sich als interdisziplinärer Raum für Prognostik, strategische Frühwarnung und Zukunftsberatung. In diesem Kontext hat Horx zahlreiche Bücher veröffentlicht, von „Anleitung zum Zukunftsoptimismus“ über „Das Megatrend-Prinzip“ bis hin zu jüngeren Werken, in denen er das Verhältnis von Mensch, Zukunftsdenken und gesellschaftlicher Entwicklung reflektiert.

Humanistischer Futurismus und Lebenskunst

Ein zentrales Merkmal von Horx’ Denken ist der sogenannte humanistische Futurismus: Die Zukunft entsteht nicht nur durch Technologie oder wirtschaftliche Kräfte, sondern durch Bewusstseinswandel, Werteverschiebungen und die aktive Gestaltung von Lebenswelten. Seine Perspektive ist konstruktiv: Wandel wird nicht als etwas Bedrohliches dargestellt, sondern als Chance für Sinnstiftung und kreative Neuausrichtung. Diese Haltung ist eng mit dem Begriff Lebenskunst verknüpft – sie fordert dazu auf, das eigene Leben nicht passiv zu erdulden, sondern es bewusst zu formen und Orientierung in einer komplexen Welt zu finden.

Für den UniNUN-Podcast zum Thema Lebenskunst bietet Horx daher eine besonders fruchtbare Perspektive: Er lenkt den Blick weg von reinen Zukunftsängsten und hinein in eine Haltung, die Selbstwirksamkeit, Reflexion und Gestaltungskraft betont – alles Elemente, die zentral sind, wenn man Lebenskunst nicht nur als Begriff, sondern als gelebte Praxis versteht.

Familie, Zusammenarbeit und Unternehmen

Matthias Horx lebt seit vielen Jahren mit seiner Familie im sogenannten Future Evolution House, einem Wohn- und Arbeitsort in Wien, der zugleich als kreativer und sozialer Raum für gemeinsames Denken dient. Er ist verheiratet mit der Journalistin Oona Horx Strathern, die selbst ein aktiver Teil der Zukunftsforschung ist. Zusammen haben sie zwei Söhne: Tristan und Julian. Tristan hat sich ebenfalls der Zukunftsforschung verschrieben und arbeitet gemeinsam mit seinem Vater im Think Tank The Future Project, einem multigenerationalen Netzwerk, das 2023 als Reaktion auf aktuelle gesellschaftliche Umbrüche gegründet wurde. Julian arbeitet in einem kreativen Bereich und ergänzt das familiäre Umfeld mit gestalterischen Perspektiven.

Diese familiäre und kollaborative Struktur macht Horx’ Arbeit besonders bemerkenswert und selbst schon zur Lebenskunst: Zukunftsforschung ist hier kein isoliertes akademisches Projekt, sondern ein lebendiger, gemeinsamer Prozess – ein “Familienunternehmen” im besten Sinne, in dem unterschiedliche Generationen einander spiegeln, herausfordern und inspirieren.

Warum Horx für Lebenskunst relevant ist

Horx liefert Impulse, die weit über technische oder ökonomische Zukunftsfragen hinausgehen. Sein Ansatz verbindet:

- gesellschaftliche Analyse – Verstehen, wie kulturelle und soziale Veränderungen unser Leben prägen;
- persönliche Reflexion – Ein Blick auf innere Haltung, Werte und Lebensgestaltung;
- praktische Orientierung – Werkzeuge und Denkmodelle, um Unsicherheit produktiv zu nutzen;
- gemeinsame Gestaltung – ein Zukunftsbild, das auf bewusstem, kollaborativem Handeln aufbaut.

In diesem Sinne ist Horx nicht nur ein Theoretiker, sondern ein Impulsgeber für eine Lebenskunst, die Zukunft nicht fürchtet, sondern als gestaltbaren Raum versteht.

Kontakt Matthias Horx

UniNUN
gGmbH

Kontakt

Dr. Christoph Röckelein
Geschäftsführer
info@uninun.de
www.uninun.de

[SO1E01]