

Thematische Einleitung

„...Wenn der Mensch geboren wird, wird ihm ein Wort mitgegeben. Das wird hineingesprochen in sein Wesen, und es ist ein Passwort zu allem, was dann geschieht. Es ist Kraft und Schwäche zugleich. Es ist Auftrag und Verheissung, Schutz und Gefährdung.“

Romano Guardini*

* Vgl. Literatur am Kapitelende, S. 20f

Dieses Buch wäre wohl nicht geschrieben worden, wenn mich mein Schicksal nicht immer wieder dazu gezwungen hätte, nach Sinn in meinem Leben zu suchen, gewissermassen nach dem grundlegenden „Wort“ meines Wesens, um das sich mein Leben zu drehen scheint - oder sogar um die Berufung, um dieses grosse Wort hier zu verwenden. Romano Guardini (1885 – 1968) sprach von „Kraft und Schwäche“ der Berufung, aber auch von deren „Schutz und Gefährdung“ (Zitat oben). Genau das erlebte ich: Mein „Passwort“ ergab zusammen mit einem sich im Verlaufe der Biografie verwandelnden ‚tatkräftigen‘ Verb die jeweils aktuell wirksamste Dynamik in meinem Leben.

Dieses Buch greift eine uralte Idee auf, die wir in verschiedenen Formen und Begriffen quer durch die Menschheitsgeschichte wiederfinden: Die Idee, dass der Mensch eine Berufung hat und für eine bestimmte Aufgabe - vielleicht sogar eine Mission - auf dieser Welt weilt. In der Bibel finden wir verschiedene Geschichten der Berufung, Gott etwa sprach in einer feurigen Flamme aus einem Dornbusch zu Moses und gab ihm den Auftrag, das geknechtete Israel aus der ägyptischen Herrschaft zu befreien.

„Daimones“ sind in der griechischen Mythologie Geistwesen, die zwischen Göttern und Menschen vermitteln, eine Instanz, die den Menschen anleitet, eine geistige Kraft. Einen ähnlichen Ansatz finden wir mit dem „Genius“ bei den Römern. Auch in Westafrika, Haiti, Südamerika und bei den Ureinwohnern Nordamerikas wurden Hinweise auf einen Genius gefunden (gemäss Dick Richards* S. 65, vgl. Literatur-beleg am Ende des 1. Kapitels).

Eine ähnliche Idee finden wir beim oben zitierten Religionsphilosophen Romano Guardini: „Ein in das Wesen des Menschen hineingesprochenes Passwort“. Bei den Romantikern ist es „der Ruf des Lebens“, „Schicksal und Charakter“ beim Jungianer James Hillmann, „das Gewissen als Sinn-Organ“ beim Begründer der Logotherapie, Viktor Frankl. „Urtalent“ – diesen Begriff habe ich gewählt, um mein Verständnis von Berufung in einen eigenen Begriff zu fassen (vgl. Kap. 1).

Berufung findet man nicht in und mit Psychotests und Fragebogen der Berufsberatung. Diese können allenfalls grobe Hinweise geben. Berufung ist nichts für Menschen, die das Leben dem scheinbar Notwendigen opfern, sich gesellschaftlichen Stereotypen unterordnen, Status erringen oder viel Geld verdienen wollen. Oder Arbeit gar als moralische Pflicht verstehen. Nein, Berufung ist an Eigensinn gekoppelt, ganz so, wie dies der frühe Hermann Hesse* formulierte: Die Ecken und Kanten seines Charakters anerkennen und diesen ins gesellschaftliche Leben einbringen, den eigenen Sinn zum Ausdruck bringen, auch wenn das anderen Menschen - Eltern, Lehrern und anderen gesellschaftlichen Autoritäten - gar nicht passt. Auch dann, wenn der Eigensinn

sogar mit grossen Nachteilen verbunden ist. Die Biografien berühmter Menschen zeugen davon.

Berufung ist da, wo die Begabungen und die Talente sind. Sie ist da, wo die Stärken sind, die nur darauf warten, sich im geeigneten Umfeld zu zeigen. Sie ist da, wo Flow entsteht, ein selbstverständlicher Fluss im Tun und Lassen, oft verbunden mit einem kreativen, schöpferischen Prozess.

Am Anfang des Berufungsweges stehen manchmal Schwärmereien für einen Star oder Vorlieben für bestimmte Figuren, Helden oder Heldinnen in den Medien. Eine innere Sicherheit: diesen Beruf möchte ich ausüben! Oder eine Fragen: Welchen Beruf möchte ich am liebsten ausüben? Wobei bei dieser Frage leider oft zuerst gesellschaftlich vorgeprägte und wenig individuelle und wenig nützliche Vorbilder zum Vorschein kommen: Fussballer, Filmstar, Modell oder was auch immer. Es kann aber – näher bei der Berufung - auch ein diffuses Sehnen sein, eine Ahnung, die schwer in Worte zu kleiden ist.

Für eilig Lesende: Übersicht Kapitelinhalte

Auf meiner Geschichte und derjenigen von Klienten baue ich die nötige Theorie auf. Ich habe mich bemüht, kurz und verständlich zu schreiben und den praktischen Nutzen für Lesende und Coaches im Auge zu behalten. Interessierte finden jeweils am Kapitelende die verwendete Literatur. Wird im Text eine wichtige Autorin oder ein Autor erwähnt, weist ein * darauf hin. Die folgende Nummerierung folgt derjenigen der Kapitel.

1. Daimon, Genius und Urtalent

Das erste Kapitel führt die nötige Terminologie und – kurz und bündig - theoretische Ansätze ein. Dies soll Menschen helfen, die ihrem „Ruf des Lebens“ auf die Spur kommen wollen. Besonders der Begriff des Genius wird näher angeschaut, zuerst ausgehend vom jungianischen Psychologen James Hillmann* (vgl. Literaturbeleg am Ende des 1. Kapitels), danach praktisch wie ihn der ameri-kanische Berufsberater Dick Richards* in der Laufbahnberatung fruchtbar macht. Im Folgenden nehme ich seine Deutung des Genius kritisch unter die Lupe und bringe sie mit meinen Ansatz des Urtalents in Verbindung. Begleitend dazu werden Fragen zum Menschenbild angeschnitten: Die Einzigartigkeit des Menschen, sein seelisches Urbild – und wie er den roten Faden im Leben finden kann.

2. Erste Rufe

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit Ereignissen in Kindheit und Jugend, die auf Ihre Talente, Ihren primären Lebensimpuls und die spätere Fortsetzung im Leben hinweisen können. Verbunden mit meinen eigenen ersten Rufen des Lebens (siehe biografische Einleitung) gehe ich im Text der Frage nach, wie und wo sich das Innere des Menschen zeigt und warum jeder Mensch seine eigene Idee verkörpert. Sie erfahren, wie sich ihr Genius im Traum meldet und etwa auch in Liebhaberein und vermeintlichen Verbortheiten und Absonderlichkeiten. Dabei schlage ich einen Bogen zum Schutzgeist des Sokrates. Eine Methode am Schluss des Kapitels zeigt, wie Sie Ihren Lebensplan zeichnen und verankern können.

3. Übergänge – heikle Gänge

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit existenziellen Übergängen im Leben wie etwa der Eintritt ins Berufsleben oder die Folge einer Kündigung. Verschiedene Fallbeispiele verdeutlichen, wie heikle Übergänge aussehen können: Eine Gärtnerin, die keine passende Stelle findet, eine Kommunikations-Studentin mit Abschlussblockaden, die Irrwege eines Psychologen, eine überengagierte Frau, die in ein Burnout gerät. Existenzielle Übergänge können Sinnkrisen auslösen. Fragen tauchen auf: „Wer bin ich? Was will ich?“ Ich bringe zur möglichen Klärung solcher verworrener Situationen die fünf Säulen der Identität ins Spiel, zeige auf, wie man Übergänge produktiv gestalten und wie man dem Zufall auf die Sprünge helfen kann: Beispielsweise mit „planned happenstance“, eine originelle Methode, wie Sie sehen werden. Sie entdecken Ihr eigenes Erfolgsrezept und wenden dieses, falls geeignet, in der Jetztzeit an. Die Methode „Analyse Ihrer Werte“ hilft, Ihre Identität in Worte zu fassen und die richtigen Entscheide zu fällen. Auch für schwierige Weggabelungen gibt es eine Methode: „Die passende Alternative finden“.

4. Im Reich der Körpertherapien

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit einer Situation, in der sich das Urtalent nicht mehr entfalten kann und deshalb ein Berufswechsel angezeigt ist. Bei mir war das so: Ich steuerte nach einem sozialwissenschaftlichen Studium, für das ich keine befriedigende Berufswelt fand, eine journalistische Übergangsstelle an und begann eine sechsjährige Ausbildung in körperorientierter Psychotherapie. Bereits an der Uni war ich auf den sozialpsychologisch bemerkenswerten Wilhelm Reich gestoßen, den Begründer der westlichen körperorientierten Psychotherapie. Dement-sprechend erlernte ich die Biodynamik von Gerda Boyesen, eine Schülerin von Reich. Hier erfahren Sie einiges über die Stärken und Schwächen der biodynamischen Methode und ich gehe der Frage nach, ob man mit Körpertherapie seine Berufung finden kann.

Kap. 5: Visionssuche

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit der meiner Meinung nach erfolgversprechendsten Methode, wie man seine Berufung finden kann. Während meiner Ausbildung als Körpertherapeut begeisterten mich ebenfalls der indianische Schamanismus und dessen Weltbild. Ich schrieb in ‚meiner‘ Zeitung darüber und machte mich in der Natur auf Visionssuche. Sie lernen eine Deutung des indianischen Medizinrads und dessen Astrologie kennen. Meine Visionssuche in der Natur nach derselben Schule erwies sich als herausfordernd, spannend und unvergesslich: Eine hervorragende Möglichkeit, sein Urtalent und die damit verbundene aktuelle Aufgabe zu erkennen. Auf der gleichen indianischen Kosmologie baut auch die Baummeditation auf, die ebenfalls hilft, grundsätzliche Lebensfragen zu klären. In vier verschiedenen Himmelsrichtungen gehen Sie lebensbestimmenden Fragen nach: „Wer bin Ich? Woher komme ich? Wohin gehe ich? Was ist meine Aufgabe?“.

6. Psychotherapie – und was die Forschung dazu sagt

Hier stelle ich kurz Methoden der Psychotherapie vor, die selbstschädigende Glaubenssätze und Traumata wegräumen und den Nebel rund um das Urtalent lichten helfen: Die Psychoanalyse nach Sigmund Freud, die Vorgehensweise von C.G. Jung, körperorientierte Ansätze und andere. Hierbei kam bei mir die Frage auf, welche Methode denn die beste ist. Bis in die 70er Jahre hatte nach der grossen Vergleichsstudie von Lester Luborsky gegolten: „Jeder hat gewonnen und alle müssen einen Preis bekommen“. Auch Smith und Glass kamen 1977 in

ihrer Metaanalyse zu einem ähnlichen Ergebnis. Doch Professor Klaus Grawe und sein psychologisches Institut in Bern kamen später zu anderen Ergebnissen - und erregten damit allerhand Aufsehen. Ich mache Sie mit seinen und neueren Ergebnissen bekannt, gebe meine eigene Einschätzung von Körpertherapien zum Besten und gebe (hoffentlich nützliche) Hinweise für Therapie-Beginnende.

7. Entfaltung der Persönlichkeit

Wenn Talente und Fähigkeiten aufblühen können, entfaltet sich auch die Persönlichkeit. Dieses Wachstum will besonders die humanistische Psychologie fördern. Ich gehe der Frage nach, wie diese Ansätze im Lichte des Urtalents und des Genius verstanden werden können:

- Maslows Bedürfnispyramide zeigt, welche Bedürfnisse tendenziell zu befriedigen sind, bevor Selbstverwirklichung substantiell möglich ist.
- Der Begründer der integrativen Therapie, Hilarion Petzold, legt im Artikel „fünf Wege der Heilung“ nahe, dass Therapie breit zu verstehen ist: Von Sinnfindung, Einsicht in seinen Charakter, emotionale Nachsozialisation und kreativer Gestaltung bis zu Solidaritätserfahrungen etwa in der Politik.
- Die prozessorientierte Psychologie von Arnold Mindell verweist mit seinem Ansatz des „Dreambody“, des träumenden Körpers, auf verschiedene Kanäle, die Signale unserer Berufung senden: Krankheitssymptome, Gefühle, Träume und Bilder, inspirierende Gedanken und innere Stimmen...
- Schlussendlich komme ich auf Viktor Frankl zu sprechen, für den die Sinnfindung in der gegenwärtigen Situation zentral ist, um sich aus misslichen Lagen zu befreien.

8. Das Urtalent – voll in Aktion

Während im vorangehenden Kapitel verschiedenste Talente und Ressourcen in verschiedenen Lebenswelten im Spiel waren, geht es hier um eine „kohärente Lebenswelt“, in der sich ein Urtalent voll entfalten kann. Dieser Begriff der Sinn-Forscherin Tatjana Schnell wird erklärt. Zudem erläutere ich Frankls verschiedene Sinnbereiche: Der tätige Mensch (homo faber), der liebende Mensch (homo amans) und der am und im Leiden wachsende Mensch, der homo patiens. Wie differenziert die heutige Sinn-Forschung diese Grundkategorien? Ein Teil des Kapitels geht meinem Weg der Sinnfindung an der Uni nach und wie wichtig es ist, eine Theorie zu finden, welche die Praxis anleitet und beflügelt. Das Kapitel schliesst mit einem Test ab: „Wieviel Sinn ist in Ihrem Leben?“.

9. Jetzt Sie!

Dieses letzte Kapitel geht auf allgemeine Fragen bei der Laufbahnentwicklung ein. Wie kann ich meine Talente und Fähigkeiten pflegen und entwickeln? Wie finde ich zu meinem Talentprofil die passende Berufswelt? Was ist mit Selbständigkeit? Dazu erwäge ich einen grundsätzlichen Konflikt: Der Genius will die Welt gestalten, andere psychische Kräfte wollen Leben erhalten. Weltgestaltung gegen Lebens-erhaltung – wie können Sie mit diesem Konflikt umgehen?

„Berufung ist das, was mehr aus Ihnen macht“. Aber wie erkenne ich meine Berufung, was sind ihre Merkmale? Und eine kleine Warnung: Das Urtalent kann sich je nach biografischer Etappe verändern, und manchmal ist es einfach unklar.

Wenn Sie meiner abschliessenden Anleitung folgen, entsteht vor Ihren Augen Ihr Talentprofil. Darin erkennen Sie voraussichtlich auch Ihr stärkstes Talent, das sich nahe beim Urtalent befindet oder sogar identisch mit diesem ist. Damit

können Sie weiterarbeiten, das ist die Basis für „ihr Ding“, für das, was Sie auf dieser Welt unbedingt verwirklichen wollen und auch sollen.

Hinweis

Themen der Spirale, die zum Urtalent führen, finden Sie visualisiert auf der Titelseite dieses Buches. Falls diese grafisch umgestaltet worden ist auf: www.roter-faden-finden.ch/BerufundBerufung/Angebote:Urtalent,Talentprofil...