



«Wer seine Vision lebt, bleibt länger jung»

Posted By [Mathias Morgenthaler](#) on 15. März 2014



«Jeder Mensch kommt mit einer Vision zur Welt», sagt der in Baltimore (USA) lehrende Psychologie-Professor und Psychotherapeut Peter Warschawski. Problematisch sei, dass viele sich bei der Verwirklichung ihres Lebenssinns bremsen liessen – durch die Projektionen der Eltern oder durch eigene Gedankenkonstrukte. Im Interview sagt Warschawski, was wir von einer Autobatterie lernen können.

Peter Warschawski, Psychologie-Professor und Psychotherapeut.

«Jeder Mensch kommt mit einer Vision zur Welt», sagt der in Baltimore (USA) lehrende Psychologie-Professor und Psychotherapeut Peter Warschawski. Problematisch sei, dass viele sich bei der Verwirklichung ihres Lebenssinns bremsen liessen – durch die Projektionen der Eltern oder durch eigene Gedankenkonstrukte. Im Interview sagt Warschawski, was wir von einer Autobatterie lernen können.

Interview: [Mathias Morgenthaler](#)

Herr Warschawski, was unterscheidet sehr erfolgreiche Menschen von durchschnittlich erfolgreichen?

PETER WARSCHAWSKI: Vor allem die Lust, etwas Ausserordentliches zu wollen; dann das Talent und das Know-How und schliesslich die Disziplin. Zudem wissen erfolgreiche Menschen, dass Grenzen nichts Absolutes sind, sondern unsere eigenen Konstrukte. Es gibt keine unveränderliche Wirklichkeit; wir schaffen sie durch unsere Annahmen.

Können Sie konkretisieren, was Sie mit Annahmen meinen?

Das lässt sich im Privatleben gut zeigen. Was entscheidet über den Erfolg von Beziehungen? Die Annahme, dass beide die Beziehung fortlaufend neu kreieren können. Wer hingegen annimmt, die anfängliche Verliebtheit werde andauern, wird enttäuscht. Ein anderes Beispiel: Ich lebe in den USA, bin aber die Hälfte des Jahres in Europa, wo man gerne sagt, Amerikaner seien oberflächlich. Diese Aussage trifft nur zu, wenn man annimmt, dass es nur eine Form der Freundschaft gebe. Auch Erfolg und Misserfolg sind kollektive Annahmen. Man kann Scheitern als Versagen betrachten oder als Schritt auf dem Weg zum Erfolg.

In der Schweiz ernten sehr erfolgreiche Menschen oft mehr Neid als Bewunderung.



Was oft Anlass zum Neid ist, kann ebenso der Anlass zur Nachahmung werden. Dazu eine Anekdote: Ein Geschäftsmann holte mich mit seinem VW Polo im Hotel ab. Er erzählte mir, er habe zuhause noch einen Porsche, den er aber nie fürs Geschäft brauche, weil die Leute sonst denken würden, er ziehe ihnen das Geld aus der Tasche. Man kann aber auch die Annahme machen, dass gerade ein Porsche-Fahrer weiss, wie man erfolgreich wird. Somit wird er zu einem interessanten Gesprächspartner für jemanden, der auch erfolgreich sein will.

Sie sagen, unsere Annahmen würden die Realität erschaffen und erfolgreich sei der, der sich nicht von limitierenden Annahmen bremsen lasse. Was unterscheidet das Genie vom Phantasten?

Die Grenze zwischen genialen Künstlern oder erfolgreichen Unternehmern und Menschen, die nach klinischen Kriterien als verrückt gelten, ist sehr schmal. Als ich in der psychiatrischen Klinik arbeitete, sagte eine Patientin zu mir: «I love your music, Mister Tschaikowsky!» Hätte sie gesagt: «Wenn ich Sie sehe, denke ich wegen Ihrer Ähnlichkeit und Ihrem Namen an Tschaikowsky, dessen Musik ich liebe», wäre das eine normale Aussage gewesen. Der Unterschied liegt in der fehlenden Beziehung zur allgemein bekannten Wirklichkeit. Die besten Künstler und Unternehmer verlassen den Boden dieser Wirklichkeit nicht, aber befreien sich von unnötigen Begrenzungen und folgen ihrer Vision. Wer seinen Lebenssinn verwirklicht, entfaltet ungeheure Kraft.

Sind Sie der Auffassung, dass jeder Mensch eine Berufung hat?

Ja, jeder Mensch kommt mit einer Vision zur Welt. Daraus leitet sich sein Lebenssinn ab. Die Vision ist immer etwas Positives, das in der Welt einen Wert schaffen will. Studien mit Babys haben gezeigt, dass sie sich schon kurz nach der Geburt manifestiert. Bei Kindern ist sie leicht erkennbar. Die Erziehung, die Erwartungen und Projektionen der Eltern, Lehrer und anderer Autoritätspersonen führen oft dazu, dass sich Heranwachsende von ihrer Vision und damit auch von einem erfüllten Leben entfernen.

Erwachsene können in ihrer Arbeit nicht wie spielende Kinder bloss ihren Neigungen folgen. Die Arbeit ist ja nicht nur eine Möglichkeit, sich zu entfalten, sondern auch ein Mittel zum Zweck, ein Broterwerb.

Die entscheidende Frage ist, ob wir das tun, was uns erregt, oder das, was zwar dem Broterwerb dient, uns aber auslaugt. Betrachten Sie die Autobatterie: Sie lässt den Motor anspringen und erhält durch das Fahren die Energie zurück. So ist es auch bei uns Menschen, wenn das, was wir tun, einen Funken auf uns und andere überspringen lässt. Wer seine Vision lebt, bleibt länger jung. Ich bin keine 20 mehr, aber empfinde keine Müdigkeit, obwohl ich seit 28 Jahren alle 14 Tage zwischen den USA und Europa hin und her fliege und Seminare gebe, Unternehmen berate, Klienten psychotherapeutisch behandle, Menschen coache und Studenten ausbilde. Das ist für mich kein Muss, sondern aufregende Arbeit

Wie erkennt man die eigene Vision, den eigenen Lebenssinn?

Indem man sich immer wieder fragt, wo man sich in seinem Element fühlt. Viele lassen diese Frage gar nicht zu, weil sie fürchten, egoistisch oder naiv zu sein. «Das Leben besteht nicht nur aus Spass», sagt dann sofort eine innere Stimme; oder: «Wo kämen wir hin, wenn das alle machen würden?» Deswegen braucht es meist Hilfe von aussen, einen Coach, der hilft, solche negative



Glaubenssätze in Konstruktives zu überführen und Grenzen zu überwinden. Ich erlebe in meinen Seminaren, wie viel Energie dadurch freigesetzt wird.

Menschen finden leicht Vorwände, warum etwas nicht möglich ist. Hat das auch damit zu tun, dass es sie davor befreit, selber mehr Verantwortung zu übernehmen?

Ja, es geht in letzter Konsequenz um fehlenden Mut und fehlende Lust, ohne dass sich der Mensch dessen bewusst ist. Menschen geben leicht ihre Verantwortung ab und merken nicht, dass sie damit auch ihre Freiheit aufgeben. Freiheit und Verantwortung sind unzertrennlich. Heutzutage fördert wohlmeinende Politik diesen Trend, indem Regierungen für fähige Menschen Verantwortung übernehmen und ihnen durch immer weitere Regulierung ihre Freiheit rauben.

Angesichts der wachsenden Lohnschere und der Selbstbedienungsmentalität vieler Manager kann ein wenig Regulierung vielleicht nicht schaden. Wenn sich Reichtum bei einigen Wenigen konzentriert, schadet das einer Gesellschaft.

Damit ein Individuum, eine Gruppe oder eine ganze Gesellschaft auf Dauer überleben können, sind drei Faktoren unabdingbar: Freiheit, Verantwortung und Ethik. Meistens bricht zuerst die Ethik weg, dann die Verantwortung, wodurch Regulierungen nötig werden. Damit ist die Freiheit beschnitten. Unternehmen, die in ihrem Rationalisierungs- und Effizienzstreben ihren Angestellten immer mehr Arbeit und Verantwortung ohne die entsprechende Handlungsfreiheit geben, müssen sich nicht wundern, wenn Mitarbeiter entweder zugrunde gehen oder anfangen, sich unethisch zu verhalten. Deswegen werden sich in Zukunft nur noch visionsgeführte Unternehmen gut entwickeln. Interessante, kreative Menschen werden nur dort arbeiten wollen, wo sie ihre Persönlichkeit in der Arbeit ausdrücken können und etwas tun, das ihrer Vision entspricht. Gerade junge Menschen wollen zu etwas Wertvollem beitragen und das Ziel der Reise kennen. Grösse, Marktanteil und Salär reichen nicht mehr.

Kontakt und Information:

p.warschawski@exlnz.com

Details zu Peter Warschawskis Seminar «Überwinden eigener Grenzen»: www.drwarschawski.com