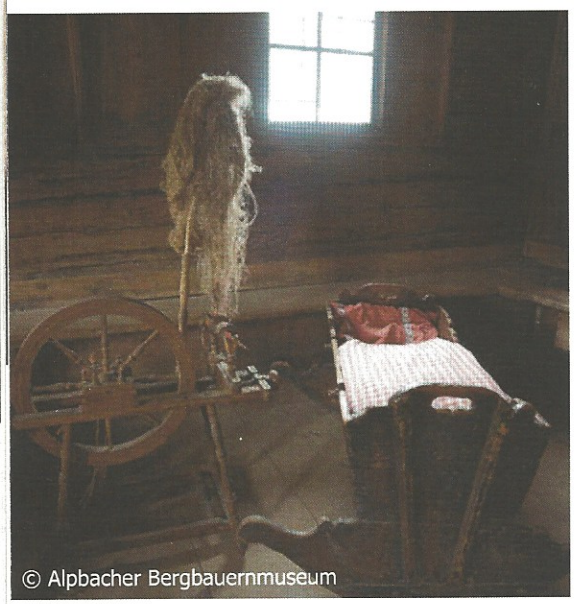
weripower
ULI FEICHTINGER

mit Herz und Hirn

Fülle an Möglichkeiten

Vor drei Jahren habe ich das Heimatmuseum von Alpbach besucht, das in einem alten originalgetreuen Bauernhof untergebracht ist. Betreut wird es von einem ca. 70-jährigen Mann, der die Besucher/innen von Raum zu Raum führt und über das Leben von damals berichtet. Bei der Holzwiege in der Stube erzählte der Mann, dass er das letzte Baby war, das in dieser Wiege die ersten Monate seines Lebens verbrachte.


© Alpbacher Bergbauernmuseum

In der Stube sind außerdem die Löcher im Holzboden zu sehen, die für das Aufstellen des Webrahmens notwendig waren. Über Jahrhunderte kam der Weber alle vier Jahre vorbei, lebte einige Tage am Bauernhof und webte aus dem angesammelten Flachs und Leinen die Stoffe, die von der Familie benötigt wurden. Das Leben war von den Jahreszeiten geprägt und von den notwendigen Arbeiten, um ein Überleben der Familie zu ermöglichen – von Generation zu Generation wiederkehrend.

In den letzten 70 Jahren hat sich das Leben bei uns sehr stark geändert.

Und heute? Heute lebt der Mann in einem modernen Gebäude gleich neben dem Museum. Die Satellitenschüssel ist deutlich sichtbar. Vor dem Eingang stehen einige Autos, ein Motorrad, ein moderner Traktor. Der Mann trägt ein Handy mit sich. Im Haus gibt es sicher Computer und moderne Haushaltsgeräte.

In seinen Kindheitstagen war seine Toilette ein Loch im Balkon, wo in langen harten Wintern der gefrorene Kegel der Fäkalien bis an den Balkon heraufwuchs. Heute hat er ein modernes WC mit Wasserspülung, wo es auch im Winter warm ist. Im Baumarkt konnte er unter einer Vielzahl von verschiedenen Muscheln jene Toilette aussuchen, die ihm am besten erschien.

Diese unglaubliche Veränderung hat in weniger als einem Menschenleben stattgefunden. Über Generationen verlief das Leben mehr oder weniger gleichförmig: Der Lebensweg war relativ klar, denn der persönliche Spielraum war gering. Doch in der Lebensspanne dieses Mannes hat sich der Alltag komplett verändert und die Anforderungen an die Menschen sind vollkommen anders als noch vor 70 Jahren.

Wir leben in einer Zeit, die uns eine schier unendliche Fülle an Möglichkeiten bietet.

Denken wir nur an die Auswahl von Joghurt im Supermarkt! An das große Angebot von Seminaren und Workshops. An die Vielfalt in der Mode. An die unübersichtlich gewordene Menge von Fernsehprogrammen. An die dicken Reiseprospekte mit einer Vielzahl von möglichen Urlaubsdestinationen. An die immer wachsende Anzahl an Ausbildungen, Fachhochschulen und Universitätsstudien.

Um mit dieser Fülle gut umzugehen, brauchen wir eine Fähigkeit: permanent Möglichkeiten abwägen und Entscheidungen treffen zu können. Menschheitsgeschichtlich ist das eine neue große Herausforderung, denn unser Gehirn hat noch nicht tausende von Jahren Erfahrung im Umgang damit.

Heute sind wir permanent gefordert, Antworten auf die Frage „Was will ich?" zu finden.

Egal, ob es „kleine" Anlässe wie das Joghurt im Supermarkt oder „große" Anlässe wie die geeignete Berufsausbildung sind: Ununterbrochen sind wir alle gefordert, Entscheidungen zwischen unterschiedlichen Möglichkeiten zu treffen. Für manche bedeutet dies eine große Freiheit, viele fühlen sich schlichtweg überfordert.

Wenn mein und dein Leben nicht mehr von relativ starren äußeren Gegebenheiten, Regeln und Erfordernissen wie früher geprägt ist, tritt die Frage „Was will ich?" in den Vordergrund. Die Antworten auf diese Frage finden wir leichter, wenn wir unsere zentralen Werte kennen und sie bewusst bei Entscheidungen

einfließen lassen:

- Was ist mir wirklich wichtig?
- Wie stelle ich mir „ein gutes Leben" vor?
- Wovon soll das Zusammenleben geprägt sein?

Auf diese Weise wird das Private plötzlich politisch: Entscheide ich mich beispielsweise vor dem Joghurtregal nach meinen Werten von Gesundheit, Nachhaltigkeit und Fairness? Welche Werte beeinflussen meine (Kauf-)Entscheidungen?

Das bewusste Umsetzen von Werten stiftet Sinn und bringt uns unserer Berufung nahe.

Im Berufungscoaching ist die Erarbeitung der zentralen Werte ein besonders wichtiger Schritt: Das, was mir wirklich wirklich wichtig ist, definiert zu einem großen Teil meine Persönlichkeit, mehr noch mein Sein auf dieser Welt. Jene Werte, nach denen ich mich so sehr sehne, wollen durch mich in diese Welt gebracht werden. Jedes Mal, wenn ich einen meiner wichtigsten Werte umsetze, habe ich das Gefühl, etwas Sinnvolles getan zu haben.

So kannst du dich an jeder Weggabelung deines Weges fragen: Auf welchem der Wege kann ich meine Werte leichter, effizienter, lebendiger, freudvoller, sinnvoller, besser vereinbar, eleganter, ... umsetzen? Alleine die Tatsache, dass sich verschiedene Möglichkeiten in deinem Leben zeigen, bedeutet, dass all diese Wege Teil deines Dharmas, deiner Berufung sind. Denn ich bin überzeugt davon, dass wir nie von unserem Dharma-Weg abkommen können. Daher geht es nicht darum, die „einzig richtige" Entscheidung zu treffen, sondern jenen Weg einzuschlagen, der Sinnhaftigkeit und Lebensqualität miteinander vereinbart.

Mexikanische Schaman/inn/en werden mit folgendem Spruch zitiert: When you lose your joy, you lose your power. Wenn du deine Freude verlierst, verlierst du deine Kraft. Die gute Nachricht ist: Deine zentralen Werte auf deinem Dharma-Weg umzusetzen, macht Freude und Sinn in einem. Daher ist es besonders lohnenswert, sich der eigenen zentralen Werte klar zu werden und sie bewusst in die Welt zu bringen. Entscheiden wir uns für die Freude!

Uli Feichtinger ist ursprünglich promovierte Physikerin. Ihr Weg führte sie vom CERN über die Banken- und Consulting-Branche sowie Politik in die Welt der im Alltag gelebten modernen Spiritualität. Sie unterstützt Menschen dabei, in ihre Größe zu wachsen. Uli Feichtinger begleitet Menschen speziell im Bereich Berufung und Leadership. Sie bietet Vorträge, Workshops und Coachings an – sowohl online als auch in der persönlichen Begegnung. Mehr Info: www.weripower.at