

«Welche Rede möchten Sie zu Ihrem 80. Geburtstag hören?»

Warum sind viele Menschen zwar erfolgreich, aber nicht glücklich? «Entscheidend sind nicht die äusseren Umstände, sondern unser inneres Erleben», sagt der Coach und Unternehmer Philipp Johner. Er unterstützt Menschen dabei, ihr Leben in die Hand zu nehmen, etwas zu wagen und einem grösseren Ganzen zu dienen. Wer auf den Lottogewinn oder die Frühpensionierung wartet, betrügt sich selber.

Interview: Mathias Morgenthaler
mathias.morgenthaler@espacemedia.ch

Herr Johner, wenn Sie wüssten, dass Sie noch ein Jahr zu leben hätten, was würden Sie ändern in Ihrem Leben?

PHILIPP JOHNER: (Hält inne) Diese Frage ist mir vertraut. Vor zwei Jahren teilte mir mein Arzt mit, meine Hauptschlagader sei so stark erweitert, dass eine riskante Operation wohl unumgänglich sei. Sechs Wochen lang war ich überzeugt, dass ich bald unters Messer müsse – mit ungewissem Ausgang. In dieser Zeit ging ich wie üblich meiner Berufung nach. Am Ende blieb mir die Operation erspart. Für mich ist klar: Wenn meine letzte Stunde eingeläutet wird, gibt es keinen Grund, das Leben auf den Kopf zu stellen. Das ist auch gut so, denn jeder Tag kann der letzte sein.

Viele leistungsorientierte Menschen mühen sich in ihrer Arbeit ab und trösten sich mit der Aussicht, nach der Frühpensionierung das Leben zu geniessen. Ist das eine taugliche Strategie?

Nein, das ist eine grosse Mogelpackung. Studien belegen, dass frühzeitige Pensionierung die häufigste Todesursache bei Männern zwischen 55 und 60 Jahren ist. Das ist auf den ersten Blick paradox: Endlich erreicht man den ersehnten Zustand und dann wird man krank, statt ihn zu geniessen. Auf den zweiten Blick ist es logisch: Entscheidend sind nicht die äusseren Umstände, entscheidend ist unser inneres Erleben. Wer im Äusseren Glück und Erfüllung sucht, läuft nur vor der inneren Leere davon. Ob die hinausgeschobene Glückserwartung nun aus einer Reise, einem Geldgewinn oder der Pensionierung besteht, sie wird sich nicht erfüllen. Wenn ich glaube, dass 10 Millionen Franken mich glücklich machen, kann ich nur hoffen, dass ich sie nicht gewinne – so lange lebt wenigstens die Illusion.

Wir werden also krank, wenn sich ein Wunsch erfüllt?

Wir sollten nicht auf der Autobahn nach Pilzen suchen.

Wie bitte?

Die meisten Leute streben nach Erfolg – was sie sich wirklich erhoffen, ist Erfüllung. Sie suchen schlicht am falschen Ort. Erfüllung gibt es nie durch Zielerreichung. Schon George Bernard Shaw wies darauf hin, dass es zwei Arten von Katastrophen gibt: Die, seine Ziele nie zu erreichen, und die, ein grosses Ziel zu erreichen. Es gibt genug Menschen, die jede Menge Erfolg haben, aber kein bisschen glücklich sind.

Wie wird man erfolgreich und glücklich?



Philipp Johner: «Entscheidend ist nicht, was mit mir passiert, sondern was in mir passiert.»

Indem wir zum Lehrling der Grundprinzipien des Lebens werden, uns mit uns selber befreunden und unser Tun an einem grösseren Ganzen ausrichten. Wenn ich in Hotels meinen Beruf angeben muss, schreibe ich oft «Liebhaber» ins Formular. Das sorgt manchmal für Aufsehen, ist aber nicht anrühlich gemeint. Ich lebe unheimlich gern und bin überzeugt, dass ich nicht zufällig da bin, sondern hier eine Aufgabe habe, die der Allgemeinheit dient. Und ich nehme mich wichtig genug, um mich nicht einfach als «Homo Oeconomicus» zu verstehen, diese Karikatur von einem Menschen, der unfrei auf Reize reagiert.

Wir sind doch in vielem fremdbestimmt.

Wir können nicht entscheiden, was uns zustösst, aber wie wir darauf reagieren – und zwar nicht erst im Handeln, sondern schon im Fühlen und Denken. Entscheidend ist nicht, was mit mir passiert, sondern was in mir passiert. Darauf haben wir einen mächtigen Einfluss. Vereinfacht gesagt geht es darum, zum Autor seines Lebens zu werden, sich nicht länger als Opfer zu sehen. Wichtig ist in diesem Zusammenhang, eine starke Vision zu entwickeln. Wer steuern will, muss ein Ziel anvisieren. Das ist mitunter eine unangenehme Angelegenheit, denn es zwingt uns, Verantwortung zu übernehmen. Aber es ist auch ein lohnendes Unterfangen. Wer weiss, was er will, hat ein besseres Lebensgefühl, eine stärkere Ausstrahlung und ein höheres Energiepotenzial. Viele Menschen haben keine Ahnung, was sie wollen. Also jagen sie den Erfolg und das Geld, diese populären Platzhalter für unsere wirkliche Sehnsucht.

Wie findet man heraus, was man will?

Es gibt verschiedene Techniken, die hilfreich sind. Der Mensch ist das einzige Lebewesen, das die Fähigkeit hat, sich die Zukunft vorzustellen, als wäre sie schon vergangen. Wir können uns also vorstellen, wie wir unseren 80. Ge-

bertstag feiern und wie Menschen, die uns nah sind, dort eine Rede halten. Was sollten sie sagen? Wie möchten sie gewürdigt werden? Wer wären wir gerne gewesen? Das ganze Leben läuft auf die eine Frage hinaus, die uns tausendfach auf andere Art und Weise gestellt wird: Wer bist du? Daraus leitet sich ab, was wir gerne machen, was wir gut können, was uns Erfüllung schenkt. Meine Erfahrung ist: Wozu wir wirklich fähig sind, realisieren wir erst, wenn wir es mit anderen und im Dienst einer grösseren Sache tun. Die erfüllendste Arbeit ist deshalb, seinem Umfeld zu dienen und dabei in seiner Identität zu wachsen. Darauf sollten wir unsere Vision ausrichten.

Wie spüren wir, ob unsere Vision trägt?

Sie muss lebendig und anziehungsstark genug sein, dass daraus zielgerichtete Handlungen entstehen. Wichtig ist, dass wir spüren, wie es sich anfühlen wird, wenn wir den Zielzustand erreicht haben. Dies soll uns dazu ermutigen, unser Leben in die Hand zu nehmen und etwas zu riskieren. Wenn Sie auf die letzten drei Jahre Ihres Lebens zurückblicken und sich überlegen, auf was Sie besonders stolz sind, dann werden Sie garantiert an Situationen denken, in denen Sie ein Risiko eingegangen sind. Wer leidenschaftlich lebt, wagt Dinge, die auch schiefgehen können. Wir sollten nicht länger getrennt von unserer Leidenschaft leben und arbeiten. Ich sah noch nie ein leidenschaftsloses Baby, aber ich sehe viele Erwachsene, welche die ausgefallensten Dinge tun, um ein Häppchen Leidenschaft zu erhaschen.

Ihnen hat es nie an Leidenschaft gemangelt. Was treibt Sie an?

Die Freude am Entdecken und der starke Wille, herauszufinden, was Menschen erfüllt und erfolgreich macht. So wurde ich vom Invaliden zum Spitzensportler in der Kampfkunst, vom Nachtclub-Rausschmeisser und ewigen Studenten zum erfolgreichen Geschäftsmann. Aber der Erfolg der Unternehmung Manres im Bereich Transformation von Unternehmenskulturen wäre nicht viel wert, wenn ich in dieser Zeit die Herzensbildung vernachlässigt hätte. Meine 20 Mitarbeiter und ich investieren jedes Jahr zehn Arbeitstage in gemeinsame persönliche Weiterbildung. Wir alle sind die Produzenten unseres Gefühlslebens und haben die Verpflichtung, uns selber wichtig zu nehmen – zu dem Menschen zu werden, mit dem wir gerne zusammenleben. Ganz einfach gesagt: Gute Laune kann man kultivieren. Schlechte leider auch.

Kontakt und Information:

www.manres.ch
philipp.johner@manres.ch