

In uns steckt viel mehr, als wir denken

Talent ist keine Frage des Alters



Jeder von uns hat Fähigkeiten, die häufig ungenutzt bleiben. Maria Ast (54), Persönlichkeits-Coach aus Bielefeld, ist überzeugt: Die Suche danach lohnt sich. Weil gelebtes Talent glücklich macht

Noch eine Minute, dann geht es los. In der Kirche herrscht gespannte Stille. Nur leises Füßescharren ist zu hören. Barbara (48) steht auf der Empore und mustert nervös die vollen Zuschauerbänke. 1 600 Besucher wollen hören, wie der Bremer Domchor eine Messe von Ludwig van Beethoven vorträgt.

Der Dirigent hebt die Hände. Barbara konzentriert sich. Sie holt noch mal tief Luft – und fängt an zu singen. Ihr tiefer Alt passt gut zu den anderen 100 Chorstimmen um sie herum. Barbara liebt diesen Moment: „Wenn unsere Musik durch das ganze Kirchenschiff hallt, läuft mir ein Schauer über den Rücken. Dann weiß ich: Singen ist für mich das schönste Hobby der Welt.“

Für Barbara ist diese Erkenntnis noch ziemlich neu. Früher hat sie höchstens mal unter der Dusche gesungen. Aber in einem Chor? „Ich dachte immer, dass meine Stimme viel zu brummig und zu schwach dafür ist. Auftritte vor Publikum hielt ich für undenkbar.“ Bis eine Bekannte sie vor sechs Jahren überredete, doch mal zu einem Probenabend des Domchors mitzukommen. „Sie schwärmte mir von den tiefen Glücksgefühlen vor, die das gemeinsame Singen bei ihr auslöst. Das machte mich neugierig.“ Barbara ging zur Chorprobe – und war sofort begeistert. „Die Harmonie zwischen den Sängern, wenn ihre Stimmen durch den Saal schweben, ist unbeschreiblich. Im Chor fühlte ich mich auf Anhieb wohl. Und ich bekam Lob von den anderen. Das spornete mich an, dabeizubleiben und kräftig zu üben.“

Barbara ist überzeugt: Ohne den Anstoß ihrer Bekannten wäre ihre Leidenschaft fürs Singen weiter verborgen geblieben. Und sie hat gelernt: Talent ist keine Frage des Alters.

„In jedem von uns stecken bestimmte Fähigkeiten. Es kommt darauf an, was wir daraus machen“, bestätigt Maria Ast, Persönlichkeits-Coach aus Bielefeld (www.maria-ast.de). Die alte Volksweisheit „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“

„Auch mit 60 ist unser Hirn zu erstaunlichen Leistungen fähig“

ist heute längst überholt. „Auch wenn die eigenen Stärken und Neigungen nicht schon im Kindergarten-Alter gefördert werden, sind sie danach keineswegs für immer verloren.“

Klar ist natürlich: Wer die nächste Anne-Sophie Mutter werden will, hat keine Chance, wenn er den ersten Violinen-Unterricht erst mit 50 nimmt – so eine Virtuosität benötigt jahrelanges Üben von klein auf. Aber: „Talent wird allzu oft mit etwas Spektakulärem verbunden“, sagt Maria Ast. „Das ist viel zu hoch gehängt. Talent muss nicht immer in öffentlichem Ruhm und Erfolg münden.“

Die meisten Talente bleiben unscheinbar und fern der großen Bühnen. Vielleicht backen Sie ja besonders köstliche Mandelkuchen? Haben ein Händchen für liebevolle Dekorationen? Schreiben zu Herzen gehende Gedichte? Haben ein Faible für Seidenmalerei? Oder halten mitreißende Ansprachen bei Familienfeiern?

All das sind Fähigkeiten, die man ausbauen kann – und zwar unabhängig vom Alter. „Dafür ist es nie zu spät“, sagt auch Professor Werner Greve, Entwicklungspsychologe an der Universität Hildesheim. „Das Gehirn lernt zwar langsamer, je älter man wird. Doch Studien belegen, dass es auch jenseits der 60 noch zu erstaunlichen Leistungen fähig ist.“

Woher aber sollen wir wissen, welche verborgenen Talente in uns schlummern? Das ist nicht immer einfach, weiß Maria Ast. „Viele empfinden nur eine diffuse Unzufriedenheit oder Sehnsucht. Sie wollen etwas verändern, sich verwirklichen, sind aber unsicher, was alles in ihnen steckt.“ Hilfreich ist oft ein Blick in

„Das Können muss nicht immer in Ruhm und Erfolg münden“

die eigene Vergangenheit. Denn einige Träume aus der Kindheit klopfen immer wieder an die Tür unseres Bewusstseins. Fragen Sie sich: Wie habe ich mir als Zwölfjährige mein Leben als Erwachsene vorgestellt? Welchen Beruf wollte ich später ausüben? Welche Hobbys, Spiele, Bücher waren mir wichtig? Schreiben Sie auf, was Sie früher gern gemacht haben. Als Gedächtnisstütze können Fotos oder Gespräche mit Eltern nützlich sein.

Danach können Sie in Ruhe überlegen: Was ist aus diesen Talenten geworden?

Fallen Ihnen Aspekte ein, die in Ihrem Alltag zu kurz kommen?

Viele Fähigkeiten sind uns selbst allerdings gar nicht richtig bewusst. Weil wir sie schon immer hatten. Und sie deshalb als selbstverständlich betrachten. „Fragen Sie deshalb bei Ihren Kindern, Freunden oder Geschwistern nach“, rät Maria Ast. Wie würdest du mich einer fremden

Person beschreiben? Was kann ich deiner Meinung nach besonders gut? Habe ich eine Fähigkeit, um die du mich beneidest? Wie kann ich meine Stärken besser einsetzen? „Die Menschen, mit denen wir zu tun haben, nehmen unsere Talente oft ganz anders wahr als wir selbst, weil wir sie für selbstverständlich halten.“

Haben Sie den eigenen Herzenswunsch aufgespürt und sich entschieden, welche Fähigkeiten Sie weiter ausbauen möchten? Dann machen Sie sich an die Umsetzung. Maria Ast: „Am besten geht das in der Gruppe mit Gleichgesinnten.“ Egal ob Volkshochschul-Kursus, Kulturverein oder Jogging-Gruppe: In der Gemeinschaft lernt es sich viel leichter. Und man kann sich gegenseitig motivieren, wenn es mal nicht so gut läuft.

Durchhalten, die eigene Talent-Reise fortführen, auch wenn es manchmal schwierig ist – das kostet Energie. Aber es lohnt sich. Denn die größte Kraftquelle steckt in uns selbst: Sie ist das Glück, das wir empfinden, wenn wir tun, was uns erfüllt. „Seine Talente zu leben ist unglaublich befriedigend“, sagt Maria Ast. „Sie stärken unser Selbstbewusstsein, weil sie uns unsere Einzigartigkeit vor Augen führen. Es gibt positives Feedback, das bereitet uns neue Freude und die wiederum gibt Mut, seinen Weg weiterzugehen.“

Zurück zum Bremer Domchor. Beethovens Messe ist vorbei, Applaus brandet auf. Die Sänger verbeugen sich. Barbara lächelt zufrieden. „So ein zweistündiges Konzert ist anstrengend. Aber ich vergesse dabei alle Alltagsorgen. Wenn ich singe, bin ich einfach nur glücklich.“

Markus Dietsch



„Ich hätte nie gedacht, dass ich modeln kann“

Sie hat einen Job, von dem junge Mädchen träumen: Friederike Garbe (64, gelernte Bauzeichnerin) steht regelmäßig als Model vor der Kamera. Aber erst seit drei Jahren. Wie sie dazu gekommen ist? „Durch puren Zufall“, sagt Friederike. „Ich leite ehrenamtlich ein Mutter-Kind-Haus in Lübeck. Anfang 2006 war ein Reporter-Team bei mir, um über das ‚Agape-Haus‘ zu berichten. Der Fotograf zeigte die Bilder hinterher seiner Frau, die bei einer Model-Agentur arbeitet. Sie war offenbar begeistert von meinem Aussehen und den vollen Haaren, lud mich zu Probeaufnahmen ein. Ich dachte: Warum nicht? Obwohl ich mich gar nicht so schön finde.“ Seitdem modelt Friederike für Versandhaus-Kataloge und Pharma-Anzeigen, trat in einem TV-Spot für Tchibo auf. „Vor der Kamera bewege ich mich ganz natürlich. Das macht richtig Spaß. Ich hätte nie gedacht, dass mir so was liegt.“

„Meine Obst-Figuren sind der Party-Hit“

Filigrane Figuren aus Obst und Gemüse schnitzen – dieses ungewöhnliche Hobby hat Cornelia Grobitzsch (49) vor zehn Jahren für sich entdeckt. „In einer Zeitschrift las ich von der jahrhundertealten Kunst, die aus China stammt, und war sofort fasziniert“, erinnert sich die Fleischerei-Fachfrau aus dem thüringischen Braunichswalde. Als Cornelia dann hörte, dass der Kochkünstler Xiang Wang, Weltmeister im Gemüseschnitzen, auch in Deutschland Kurse gibt, meldete sie sich gleich an. „Ich wollte das unbedingt selbst ausprobieren. Und sehen, ob vielleicht ein verborgenes Talent in mir steckt.“ Sie lernte, mit dem scharfen Thai-Messer prächtige Blüten aus Wassermelonen, Schwäne aus Ananas und Pinguine aus Auberginen zu zaubern. Inzwischen hat Cornelia daraus einen speziellen Party-Service gemacht. Und sagt stolz: „Meine Kunden sind begeistert.“



Fotos: Klaus Kretschmann, Martin Jehnichen, privat