



PRODUKTIVE LEICHTIGKEIT

Wenn wir uns unsere heutige Arbeitswelt vor Augen führen, so ist sie gekennzeichnet durch eine zunehmende Komplexität, durch hohen Zeitdruck, Bewegungsmangel sowie eine ständig steigende Informationsflut. Hinzu kommt die wachsende Tendenz einer Entgrenzung zwischen Arbeit und Privatleben, eine sich verstärkende Internationalität und dass die Menschen immer mehr „online“ sind durch Internet, Handys, BlackBerrys und Ähnliches. Alles nützliche Dinge, die aber kaum Ruhepausen und Abstand von den Problemen des Alltags erlauben und somit unsere Energietanks eher leeren als sie mit neuer Energie zu versorgen.

Und wie reagieren wir darauf? Wir passen uns an, indem wir uns bemühen der Komplexität und der Informationsflut Herr zu werden, indem wir schneller und letztlich intensiver arbeiten und dabei versuchen, dauernd mehrere Dinge gleichzeitig zu machen. Wie oft sehen wir Menschen im Auto beim Fahren telefonieren und gleichzeitig auf das Navigationssystem achtend und auf den Straßenverkehr. Wie oft sieht man an vielen Arbeitsstellen mehrere Handys liegen, neben Festnetzgeräten, BlackBerrys und vielleicht noch Personal Organizers. Überall, auch in der Bahn, „online“ sein, bald auch beim Fliegen, das verlangt der moderne Mensch, damit er sein Arbeitspensum glaubt, schaffen zu können.

Und wie reagiert unser Organismus? Wir fühlen uns gehetzt, gestresst, überfordert und sind nicht in der Lage eine zufriedenstellende Balance zwischen der Arbeit und dem Berufsalltag herzustellen. Hält der Dauerstress an, so führt das zu wachsendem Raubbau, der oft diffuse Krankheiten und damit Arbeitsausfallzeiten nach sich zieht. Schlimmstenfalls kann es zum Burnout oder sogar zu Depressionen kommen. Nach einer Studie leiden 4 Mio Deutsche unter Depressionen, mit zunehmender Tendenz in Richtung einer Volkskrankheit.

Was sind nun die wesentlichen Antriebsfaktoren, die dazu führen, dass wir handeln, wie wir handeln? Da ist zum einen ein immenser Wille, die Komplexität zu meistern, den Zeitdruck zu bewältigen und mit der Informationsflut klar zukommen. Eine besondere, ausgeprägte Form des fehlgeleiteten Willens ist unser Ehrgeiz.

Wir möchten die Dinge schaffen, wir möchten stark und erfolgreich sein. Wir möchten besser als andere sein, keine Schwäche zeigen und uns und der Umwelt beweisen, dass wir letztlich doch alle Aufgaben schaffen, die uns gestellt werden.

Als zweite Handlungsquelle dient uns unser Intellekt, unsere Ratio unser Denkvermögen. Wir möchten alles durchdenken, planen und vorausschauen, damit nichts schief geht. Wir wollen die Welt „im Griff haben“. Wir simulieren Szenarien durch, um auch allen Eventualitäten und Wechselfällen des Lebens gewachsen zu sein. So versuchen wir negative Überraschungen zu vermeiden und haben für alles auch schon eine wohl durchdachte Antwort oder Lösung parat.

Die Intellektualität ist zwar ein gutes Instrument zur Objektivierung unserer Welt, aber eigentlich setzen wir ihn oft aus Angst vor Überraschungen ein und weil wir häufig unflexibel sind, wenn erst mal ein Plan steht, von diesem abzuweichen, sobald es sinnvoll oder gar notwendig erscheint. Unser Intellekt ist selten hilfreich, wenn es darum geht, zukünftige Entwicklungen zu antizipieren oder komplexere Entscheidungen zu treffen. Hierbei setzen wir oft (zu ca. 80%) unser sogenanntes Bauchgefühl ein, eine Mischung aus Instinkt, Eingebung und Erfahrung.

Eine weitere Antriebsquelle unseres Handelns ist der Narzissmus, eine Art fehlgeleitete Selbstreflexion, die dazu führt, dass man sich in seiner Selbstverliebtheit von den Spiegelungen seiner Umwelt, den Reaktionen seiner Mitmenschen abhängig macht.

Wenn die Umwelt sagt, ich bin gut, dann bin ich gut. Wenn die Umwelt sagt, ich bin erfolgreich, dann bin ich erfolgreich. Wenn die Umwelt sagt, ja das schaffst du, dann schaffe ich das.

Diese übertriebene Selbstverliebtheit und Selbstbezogenheit vernachlässigt andere Menschen, sieht nicht ihre Bedürfnisse, Sorgen und Nöte und führen im sozialen Umfeld schnell zu Spannungen, Kampf und Intrigen.

Alle drei Handlungsquellen nenne ich die kranken Quellen des Erfolges, die im besten Falle zum sogenannten erfolglosen Erfolg führen. Das ist ein Erfolg, der nach außen die Insignien von Macht und Ansehen haben, die sich erfreuen an schillernden Prestigefassaden, die der Außenwelt signalisieren: Ich bin erfolgreich! In der Innenwelt aber herrscht eine tiefe Unzufriedenheit, weil vieles von dem Äußeren als sinnlos erkannt wird.

Wie viel besser wäre es doch, wenn man die kranken Quellen erst gar nicht benutzt sondern auf diejenigen Quellen zurückgreift, die einen erfolgreichen Erfolg versprechen.

Was sind nun diese gesunden Quellen für den Erfolg? Da ist zum einen mentaler Mut, eine Furchtlosigkeit und Unerschrockenheit mit den gestellten Aufgaben und Problemen, aber auch mit dem Unbekannten fertig zu werden. Dieser Mut basiert auf einem qualifizierten Bewusstsein, dass man die Dinge auch schafft, die man sich vorgenommen hat, dass man eine positive Einstellung hat, vieles besser zu machen, als man es in der Vergangenheit getan hat, also einen Beitrag zum Besser-Werden in der Welt leisten zu wollen und zu können. Natürlich führt der Mut nicht allein zum erfolgreichen Erfolg. Wissen, Talent, mentale Stärke und Instinkt das Richtige im rechten Moment zu tun gehören auch dazu.

Eine weitere wichtige gesunde Quelle ist das Ur-Vertrauen, das man in sich und sein Handeln hat.

Ur-Vertrauen ist mehr als Vertrauen, es basiert auf einer Kombination aus Authentizität, Passion und dem Wissen, dass ein erfolgreicher Erfolg weiteren Erfolg nach sich zieht. Man handelt mit einer Art positiven Rückenwind mit einem selbstverstärkenden Effekt. Erfolgreiches kommt zu Erfolgreichem, das Vertrauen in die eigenen Handlungen wird gestärkt.

Die Authentizität, also das zu tun, was man wirklich will, und was man für sinnvoll hält, ist ein Merkmal, das die meisten Selbstständigen haben und das bei Angestellten eher selten anzutreffen ist, auch wenn sie das oft nicht wahrhaben wollen. Authentizität kann ein sehr kräftiger Antrieb für das Handeln in der Welt sein.

Ist sie mit Passion, Leidenschaft und Begeisterung gepaart, entsteht ein sehr hohes Energieniveau, das in der Lage ist viele schwierige Situationen erfolgreich zu meistern.

Ein zusätzlicher wichtiger Baustein für den erfolgreichen Erfolg besteht in einer charismatischen Ausstrahlung und der weitgehenden Freiheit von Angst. Charisma, Ausstrahlung und Faszination können angeborene Eigenschaften sein, man kann sie aber auch erlernen oder sich erarbeiten.

Charisma ist gekennzeichnet durch Inspiration, die mitreißt (Visionär), Individualität, die begeistert, einem Geist, der überzeugt und motiviert und einem Idealismus, der Führung und Halt gibt. Oft kommt noch ein ausgesprochenes Redetalent hinzu, das hilft, die verschiedenen Facetten eines Themas zu vermitteln. In der Politik, aber auch in der Wirtschaft gibt es gute Beispiele für charismatische Menschen.

Mut, Ur-Vertrauen und Charisma sind die geistigen und seelischen Werkzeuge für ein erfolgreiches Handeln. Durch ihren Einsatz erntet man zu der normalen Energie eine zusätzliche Energie, die verhindert, dass man seelische noch körperliche Kosten auf sich nehmen muss.

Aus ihnen wächst aber auch eine Energie, die zu einer produktiven Leichtigkeit führt. Das beobachtet man bei manchen Menschen, z.B. Franz Beckenbauer, Frau v. d. Leyen, Bill Clinton oder Bill Gates, denen alles so leicht zu fallen scheint, die eine Ausstrahlung haben, als ob sie nahezu mühelos ihre Ziele wie von selbst erreichen.

Bei diesen Menschen wird keine Anstrengung sichtbar (obwohl sie auch hart für ihre Ziele arbeiten), sie handeln authentisch und setzen sich leidenschaftlich für ihre Aufgabe ein.

Wer diesen Zusammenhang erkennt und nutzen kann, verfügt über die Erfolgs-Intelligenz, die auch zu Kreativität und schöpferischem Schaffen führt, wenn man das Leben nicht so ernst nimmt, es mehr als ein heiteres Spiel betrachtet. Oft ist es doch so, dass man viele Entscheidungen und Handlungen, die man getroffen bzw. getätigt hat, in der Rückschau mit völlig unnötigen Ängsten, Aufregungen, Sorgen und Nöten verbunden waren und dass man mit mehr Gelassenheit zufriedener und entspannter gewesen wäre und manchmal sogar mehr erreicht hätte.

Eine andere Fähigkeit ist für eine produktive Leichtigkeit von großem Vorteil, nämlich Dinge mit großer Intensität und Leidenschaft zu tun und trotzdem nicht an ihnen festzuhalten, das heißt, sich zu jeder Zeit auch geistig von ihnen lösen zu können, wenn es die Umstände erfordern und wenn ein Handeln nur mit viel Druck und Anstrengung verbunden ist.

Wer also in der Lage ist, die gesunden Quellen der Energie für sich nutzbar zu machen, dabei authentisch und leidenschaftlich handelt, sich dabei aber die Fähigkeit erhält loslassen zu können, frei von Emotionen zu sein, erntet dafür eine spielerische produktive Leichtigkeit, das heißt man ist geistig produktiv ohne Druck, Verkrampfung oder Verspannung, die Dinge gelingen einfach leichter und sind mit mehr Freude verbunden .