

Das Lotusblütenprinzip

Wie Sie bereits wissen, ist die Lotusblüte eine erstaunliche Pflanze; Blüte und Blätter können durch Wasser und viele andere Flüssigkeiten nicht benetzt werden, so dass potentiell schädliche Einflüsse buchstäblich von ihr abperlen. Dennoch (oder gerade deshalb) hat sie sich erstaunlich gut an das vorherrschende ökologische System angepasst. So schafft sie es, ihren schlanken, hohen Stempel aus dem Morast zu erheben und eine leuchtend weiße Blüte zu entwickeln. Der Kontrast, der hier sichtbar wird, nämlich auf der einen Seite der schmutzige Untergrund und quasi erhaben auf der anderen Seite, die makellose Blume, führte zu fast mystischer Verehrung.



Abbildung 1: Die Lotusblüte

Doch widmen wir uns zunächst der Funktionalität: Die Lotusblüte unterscheidet sehr erfolgreich, ob ein externer Einfluss als „gut“ markiert und zugelassen wird oder nicht. Handelt es sich z. B. um Nährstoffe, die für das Überleben essentiell sind, lässt sie es zu, dass ihre

„Systemgrenze“ passiert wird. Gemäß heutiger Terminologie könnte man der Lotusblüte eine äußerst effektive Firewall attestieren, die wertvolle Informationen ins System dringen lässt, während Viren, Trojaner und Würmer konsequent abgeblockt werden. Es handelt sich also um einen sehr selektiven Austausch mit der Außenwelt.

Diese Selektivität ist bedeutsam und führte dazu, dass die Lotusblüte in östlichen Religionen als Sinnbild der Befreiung des Geistes von (allen) Anhaftungen angesehen und verehrt wird. So wird bspw. das Lotus-Sutra als bedeutendste Schrift des Mahayana Buddhismus angesehen. Dieses Sutra, das in der heute überlieferten Form 28 Kapitel aufweist, hält Lehren des Buddhas fest. Weiterhin zählt die Lotusblüte zu den acht Glückssymbolen bzw. Kostbarkeiten des Buddhismus. Immer wieder wird sie als Sinnbild für Selbstlosigkeit, Reinheit und vor allem für das Nicht-Anhaften herangezogen.

Die Frage drängt sich auf, ob der Geist sich wirklich von allen Anhaftungen befreien sollte, oder, um im Bilde der biologischen Realität zu bleiben, er unterscheiden lernen muss, welche Information schädlich und welche wichtig bis essentiell ist. Es deutet sich an, dass ein *selektiver* Abperl-Effekt grundlegend für langfristige Gelassenheit ist. Denn die Haltung, grundsätzlich alles abperlen zu lassen, führt, wie wir noch sehen werden, eben auch nicht zu einer generellen Gelassenheit, sondern eventuell zu einem kurzfristigen Aufschieben der Herausforderungen, was langfristig wiederum neue oder noch größere Probleme nach sich zieht.

Lassen Sie uns also zusammenfassen. Es scheint so, als ob die Lotusblüte zwei Maximen anwendet, die ihren Erfolg ausmachen:

1. Immunität gegen potentiell schädliche Informationen (z. B. Pilze) durch den (reinen) Abperl-Effekt und
2. Durchlässigkeit für wichtige und essentielle „Daten“ (z. B. Nährstoffe).

Nur wenn beide Lotusblüten-Maximen gewährleistet sind, entsteht die notwendige Balance, die letztlich eine erfolgreiche Koexistenz mit den vorherrschenden Umweltbedingungen möglich macht. Dies ist auch der Grund hierfür, dass ich von einem selektiven Abperl-Effekt spreche.

Übertragen wir dieses Bild auf unseren (Business-) Alltag. Kennen Sie Menschen (z. B. Kollegen, Führungskräfte oder auch Kunden), die

sich nur in einem dieser Extreme bewegen? Ich bin mir fast sicher, dass dem so ist. Wie sieht bspw. jemand aus, der nur die erste Lotusblüten-Maxime beherzigt?

Es handelt sich um einen Menschen, der keinerlei externe Information durchdringen lässt. Keine Kritik, kein Bitten und Betteln kann diesen Typus von seinem Weg abbringen. Im wahrsten Sinne des Wortes perlt alles von ihm ab. Die Rückmeldungen zu seiner Person sind dementsprechend auch ambivalent. Während einige seinen unabhängigen, geradlinigen Geist bewundern („Der geht seinen Weg“), bemängeln andere sein Einfühlungsvermögen und bezeichnen ihn heimlich oder offen als Sturkopf, der niemals dazulernt.

Doch wenden wir uns nun dem Menschen zu, der nur nach der zweiten Lotusblüten-Maxime lebt: Er ist offen für jegliche externe Information und hält sie prinzipiell für „nahrhaft“. Je nachdem, wie die externen Rückmeldungen ausfallen, reflektiert und ändert er sein Verhalten. Somit ist er prinzipiell sehr lern- und anpassungsfähig, allerdings auf Kosten eines „Schädlingsbefalls“. Wenn dieser Typus bestimmte, für ihn schädliche Informationen übernimmt, wird er geschwächt und letztlich krank.

Die Umwelt hat ihm gegenüber ebenfalls ein ambivalentes Verhältnis. Die einen bewundern seine Anpassungsfähigkeit und wertschätzen das hohe Einfühlungsvermögen. Andere wiederum bezeichnen ihn als „Weichei“ oder „Fähnlein im Wind“.

Natürlich sind beide Typen in der Extremform nicht überlebensfähig, da sie entweder so lange mit ihrer Umwelt Krieg führen, bis ein Stärkerer kommt und dem ständigen Kampf ein Ende bereitet (Maxime 1). Oder sich über kurz oder lang aufreiben und an den unterschiedlichen Anforderungen, die auf sie einströmen, scheitern. Das Burnout-Syndrom und andere Krankheiten scheinen die unabwendbare Folge (Maxime 2).

Wie wir später noch sehen werden, ist weder die eine noch die andere Sichtweise überdauernd richtig oder falsch. Die Ergebnisse müssen immer an der Realität gespiegelt und gemessen werden.

Die Lotusblüte hat es offensichtlich geschafft, die goldene Mitte zu realisieren: Sie bleibt in Balance, weil sie (vermeintlich korrekt) unterscheidet, wann eine Information verwertet bzw. abgeblockt werden muss. Nur so gelingt es ihr, in einer eigentlich feindlichen und schmutzigen Welt ihre makellose Schönheit und Reinheit auszubilden.

Wenn Sie in Ihrem Arbeitsalltag mehr Gelassenheit entwickeln und sich von der potentiell schädlichen Umwelt abheben möchten, ist diese Unterscheidungsfähigkeit essentiell. Zur Verdeutlichung des Prinzips möchte ich Sie mit einer typischen Business-Situation konfrontieren, die nach meiner Erfahrung in jeder Organisation sehr häufig anzutreffen ist:

Stellen Sie sich vor, Sie machen Pause und stehen in der Kaffeeküche der Abteilung. Ihr Kollege, nennen wir ihn einmal Herr Müller, kommt sehr erregt zu Ihnen und beschwert sich lauthals über den Kollegen Meier. Herr Müller beschreibt Herrn Meier als inkompetenten Idioten, mit dem man unmöglich zusammenarbeiten kann. Diese Kommunikationsform nennt man übrigens „Dreiecks-Kommunikation“, da A mit B über C spricht. A, B und C bilden somit ein hübsches Dreieck.

Wie sollten Sie reagieren? Vermuten wir einmal, wie unsere Extremtypen (Maxime 1 und 2) hier reagieren würden:

Maxime 1 würde Herrn Müller mit dem Hinweis „Ist mir doch egal“ wahrscheinlich relativ schroff zurückweisen. Zunächst einmal wäre dieses Verhalten für ihn tatsächlich von Vorteil, da er nicht in den Konflikt hineingezogen wird. Langfristig wird sich jedoch der zurückgewiesene Kollege nicht mehr an ihn wenden, auch wenn er vermeintlich wertvolle Informationen hat. Dies schwächt die Anpassungsfähigkeit des Kollegen, der Maxime 1 im Extrem verfolgt, da für ihn zukünftig keine oder zumindest weniger Informationen erhältlich sein werden.

Der Typus, der Maxime 2 bevorzugt, wird sich den Konflikt vermutlich sehr genau schildern lassen, Fragen stellen und sich eventuell auch verantwortlich fühlen, zu vermitteln. Hier gerät er dann oftmals in einen Stellvertreterkrieg, der zum Ergebnis hat, dass die Kollegen sich wieder verstehen, er aber ausgegrenzt wird. Selbst wenn es nicht hierzu kommt, belastet ihn die Situation stark.

Wie würde sich nun eine ausbalancierte Lotusblüten-Persönlichkeit verhalten? Nun, zunächst einmal wäre zu prüfen, ob ein potentiell schädlicher Reiz vorliegt; wie wir bereits erörtert haben, stellt ein Konflikt zwischen Kollegen, in den man sich einmischt, durchaus eine mögliche Schädigung dar.

Weiterhin liegt keine direkte Bedrohung der eigenen Person vor, so dass man sich durchaus fragen kann, was das mit einem selbst tun hat. Wenn man sich nun auf einen Dialog einlässt, so besteht darüber hin-

aus die Gefahr, dass man Position für eine der Parteien ergreift, sich selbst stellvertretend mitfühlend ärgert und den Konflikt mit nach Hause nimmt. Eventuell haben sich die beiden Streithähne schon wieder versöhnt, während die eigene Beziehung zu einem oder beiden nachhaltig verändert (meistens im Sinne einer Verschlechterung) ist. Alle diese Überlegungen führen zum Schluss, dass die Lotusblüten-Maxime 1 eigentlich dringend „Abperlen lassen“ signalisiert. Doch eine barsche Zurückweisung mündet vielleicht langfristig im Verlust von Informationen, einem Beziehungs-Abseits und der Zerstörung des eigenen (Öko-)Systems, um im biologischen Bild zu bleiben. Realisieren Sie bitte, dass Sie in dieser Situation keine Verantwortung dafür tragen, dass der Konflikt gelöst wird oder es einem oder beiden Beteiligten besser geht. Fragen Sie Herrn Müller, was denn Herr Meier zu seinem Ärger gesagt hat. In den allermeisten Fällen hat dieses klärende Gespräch nicht stattgefunden. Herr Müller macht sich lieber bei jedem anderen Luft, als die Quelle des Ärgers direkt anzusprechen. Falls Herr Müller bestätigt, dass er noch nicht mit Herrn Meier gesprochen hat, können Sie nun direkt Ihre zweite Frage platzieren: „Und wie kann ich Ihnen jetzt helfen?“

Wenn Sie mithilfe dieser Fragen die Verantwortung für die weitere Problemlösung bei Herrn Müller belassen (wo sie auch hingehört), wehren Sie erfolgreich einen „Verschmutzungsversuch“ Ihrer Blätter ab. Sie werden eben nicht zum „Psychoabfalleimer“ in den jeder seine Sorgen und Nöte wirft. Nichts anderes sind Sie, wenn Sie sich einfühlsam alles anhören, was das Gegenüber ärgert. Da Sie das Gespräch jedoch nicht abbrechen und Verständnis- und Unterstützungsfragen stellen, signalisieren Sie, dass Ihnen der andere durchaus wichtig ist, ohne dessen Sorgen und Ärger auf sich zu übertragen und erhalten damit vermutlich zukünftig den Zugang zu Ihrem (Öko-)System. Falls Sie in der gleichen Situation als Führungskraft handeln und Müller und Meier Ihre Mitarbeiter sind, so müssen Sie noch konsequenter das Lotusblütenprinzip anwenden. Ihre zweite Frage lautet dann sinngemäß:

„In welcher Rolle sprechen Sie mich nun an? Soll ich mit Ihnen beiden ein Klärungsgespräch vereinbaren?“. Falls die Antwort hier ein entsetztes Nein ist, wie sehr häufig in ähnlichen Situationen, weil man eigentlich einfach nur Dampf ablassen wollte, dann schlagen Sie Herrn Müller vor, das Problem mit Herr Meier zu klären und zunächst einmal selbst eine Lösung herbeizuführen.



Tipp: Analysieren Sie Ihren bevorzugten Lotusblüten-Stil

Denken Sie darüber nach, ob Sie im realen Leben eher nach Maxime 1 oder 2 handeln. Versuchen Sie ebenfalls zu analysieren, in welchen Situationen oder bei welchen Personen Sie derart vorgehen.

Bevor Sie handeln, prüfen Sie sehr genau, ob die externe Information eine potentielle Bedrohung darstellt. Wie Sie diese Analyse weiter optimieren können, behandeln die folgenden Kapitel.

Diese Analyse ist für Sie sehr bedeutsam, denn die Art und Weise, wie Sie Ihrer Umwelt begegnen, hat im Gegenzug eine starke Auswirkung darauf, wie man auf Sie reagiert. Insofern schaffen Sie selbst die Grundlage für Ihr (Öko-)System.

Ich denke, das grundlegende Prinzip ist anhand dieses Praxisbeispiels klar geworden. Die ausbalancierte Lotusblüten-Persönlichkeit besitzt eine Haltung, die ich gerne Anteil nehmende Teilnahmslosigkeit nenne. Die Teilnahmslosigkeit ist hier jedoch nicht als negativ anzusehen. Sie unterscheiden ganz bewusst, woran Sie Anteil nehmen möchten und woran nicht. Doch dieses Anteilnehmen in Form von „Und was hat Herr Meier dazu gesagt?“, führt nicht dazu, dass Sie selbst involviert werden. In dieser Hinsicht ist die ausbalancierte Persönlichkeit beides: beteiligt und distanziert. Sie sieht sich weder in der Opferrolle, die alles annehmen muss, was ihr von außen präsentiert wird, noch in der Position, ungerührt alles an sich abprallen zu lassen.

Das konsequente Umsetzen des Lotusblütenprinzips setzt jedoch weitere Reflexionen und Techniken voraus, die ich Ihnen im Folgenden anbieten werde. Dazu verlassen wir teilweise die Vereinfachungen der beiden Maximen und stellen tiefer gehende Analysen an. Denn um wirklich gelassen reagieren zu können, müssen wir auch gelassen sein.

Gelassenheit wird oftmals durch eine emotionale Reaktion verhindert oder zumindest abgeschwächt. Man könnte nun natürlich versuchen, sich gänzlich von Emotionen frei zu machen. Aber ist das überhaupt wünschenswert? Gehen wir im Folgenden zunächst der Frage nach, wozu Emotionen überhaupt gut sind.