



TUNE-UP DES LEBENS:

16.09.08

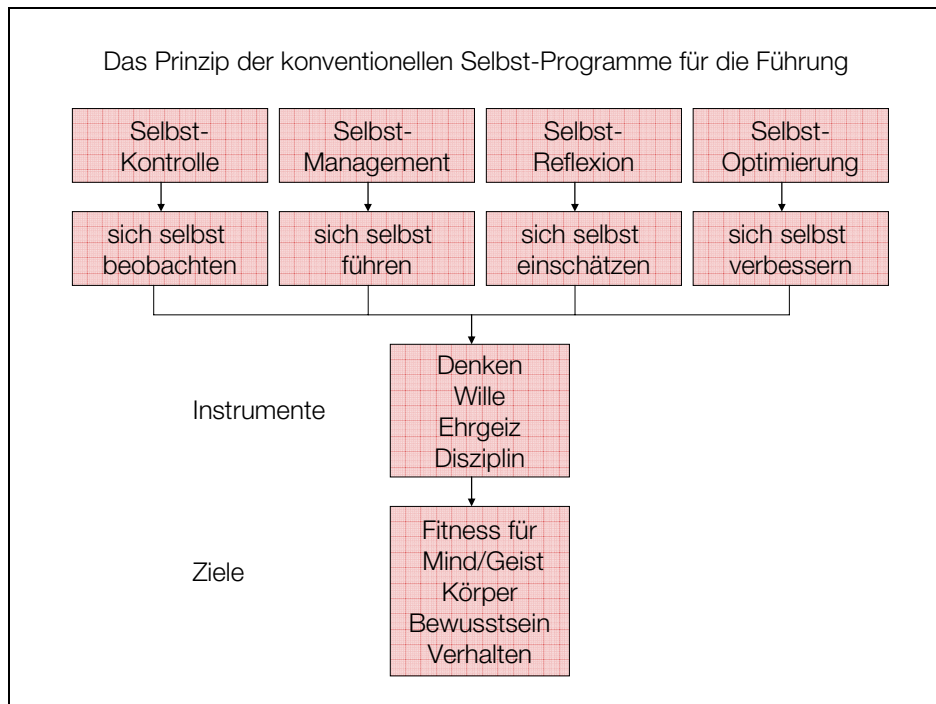
LEBEN, LEISTUNG UND ERFOLG - ZEITSTABIL - JENSEITS VON DENKEN, WILLE, EhrGEIZ UND DISZIPLIN

Immer mehr Führungskräfte haben Mühe mit den sich beschleunigenden Veränderungen im Leben. Viele bringen Leistung, Karriere und Erfolg kaum mehr auf einen Nenner mit Sinn, Umfeld, Vitalität und Glück. Wenige stehen dazu. Doch die vielen Fälle von Breakdown, Burnout, Depression, Melancholie und Resignation in Management-Kreisen sprechen eine deutliche Sprache. Korrektur- und Reparatur-Programme gibt es unzählige. Kaum etwas Zeitstabiles. Führungspersönlichkeiten brauchen für ein richtiges Tune-Up ihres Lebens neue Programme, die der steigenden Komplexität in ihrem Berufs- und Privatleben umfassend Rechnung tragen. Fulfillness (oder ähnliche Konzepte) könnte die Lösung sein.

Vielfältige Programme auf einen Nenner gebracht: „Ich denke und ich will.“

Die reichhaltige Management-Literatur ist voller gut gemeinter Ratschläge. Programme wie Selbst-Kontrolle, Selbst-Management, Selbst-Reflexion, Selbst-Optimierung und Ähnliches. So wollen Führungskräfte die steigende Komplexität meistern, besser entscheiden und mit Ungewissheiten umgehen, rascher handeln können. Sie möchten auch mehr Sinn sehen, in dem was sie im Alltag tun. Das soziale Umfeld sollte nicht zu kurz kommen. Die Gesundheit darf nicht darunter leiden.

Ziemlich viele und höchst anspruchsvolle Zielsetzungen für diese Programme ...



Bei fast allen Selbst-Programmen geht es um ein fokussiertes Doing. Wodurch die Manager etwas bei sich selbst direkt und zielbewusst erreichen wollen. Womit sie etwas mit sich selbst aktiv machen wollen. Nämlich sich selbst beobachten, sich selbst führen, sich selbst einschätzen, sich selbst verbessern usw. Ein umfangreiches Arsenal von Fitness-Programmen für Körper und Geist, die ihnen helfen sollen, sich selbst zu verbessern, und zwar ziemlich manipulativ. Damit sie sich bewusster werden und sich vorteilhafter verhalten. Oder dass sie sich am Ende gar selbst verwirklichen ...

Der denkende Geist soll dabei federführend sein. Führungskräfte müssen besser denken können, willensstark, ehrgeizig und diszipliniert sein. Wer diese Programme verinnerlicht, wird besser und leistungsfähiger.



Erfolgreicher. Nebenbei macht der Job mehr Freude. Erfolgt kein Raubbau. Verschwinden seelische Kosten. Stimmt die Work-Life-Balance. Soweit das Versprechen.

Baron Münchhausen lässt grüssen

Die Absichten sind ja nicht falsch. Schliesslich wünschen sich alle ein ständig besser werdendes Leben, beruflich und privat. Doch das Versprechen erinnert etwas an die Lügengeschichte von Baron Münchhausen, der sich samt Pferd am eigenen Schopf aus dem Sumpf herausgezogen haben will. Der denkende Mind soll sich selbst aus dem eigenen, grösstenteils selbst gemachten Sumpf herausziehen. Das denkende Bewusstsein soll sich also selbst befehlen, besser zu werden und das Verhalten zu ändern. Denn das Verhalten lässt sich ja erst dann ändern, wenn vorher das Bewusstsein besser geworden ist. Das Bewusstsein muss sich demzufolge selbst eingestehen, dass es bisher falsch lag. Das funktioniert leider schlecht. Denn das Bewusstsein ist sein eigener Chef. Ein ziemlich starrköpfiger sogar. Einer der sich wenig befehlen lässt. Auch oder gerade von sich selbst nicht.

Das Bewusstsein verbessert sich ungern und selten selbst. Deshalb gelingt es auch so selten, wenn jemand sein Verhalten ändern möchte. Man sieht das bei den vielen gut gemeinten Neujahrs- und anderen Vorsätzen, die fast alle Menschen immer wieder mal fassen. Sie wollen ihr Verhalten ändern. Ernsthaft. Trotzdem verpuffen die Absichten meistens im Nichts. Wenn es ausnahmsweise funktioniert, stehen dahinter manchmal gravierende Brüche wie Jobverlust, Krankheit, Todesfall, Trennung usw. Es ist jedoch keineswegs gesagt, dass aus Krisen tatsächlich etwas gelernt und verbessert wird. Meine Beobachtungen deuten darauf hin, dass es vielmehr immer wieder zu ähnlichen Krisen kommt.

Es ist ein Teufelskreis. Wenn Führungskräfte ihr Verhalten ändern wollen, kennen sie eigentlich nur eine Strategie. Sie setzen Energien ein, die sie aus Denken, Wille, Ehrgeiz und Disziplin gewinnen. Genau jene Strategie also, die bereits ein Fehlverhalten bewirkt hat. Doch schon Albert Einstein hat gesagt, dass Probleme nicht mit denjenigen Strategien gelöst werden können, die die Probleme verursacht haben.

Folgt man der These von Einstein, dann sollte man verzichten, mit Mind-Programmen den Mind verbessern zu wollen. Mit bisherigem Bewusstsein kann man nicht besseres Bewusstsein schaffen. Der Umgang mit diesen Programmen ist denn auch ziemlich frustrierend, weil sie selten besseres Bewusstsein hervorbringen und langfristig erfolglos sind. Darum sind sie wenig geeignet, um positive und stabile Lernprozesse und Verhaltensänderungen zu organisieren.

Führungskräfte wollen und können ihr Verhalten ändern. Sie benützen dafür leider in der Regel nur raffiniertes Denken, ausgeprägten Willen, unbändigen Ehrgeiz und viel Disziplin. Kurzfristig mögen sie mit diesen Instrumenten des Geistes sogar erfolgreich sein. Doch Denken, Wille, Ehrgeiz und Disziplin sind äusserst anstrengend. Sobald Manager bei diesen Prozessen nachlassen, weniger Energie dafür einsetzen, fallen sie in alte Verhaltensmuster zurück.

Übrigens ist Wille eine recht problematische Energie. Denn dahinter steckt die Angst, die Unbekanntes blockiert. Sie verhindert, dass sich Führungskräfte für das Unbekannte öffnen. Manager, die immer mehr Willen für ihre Entscheidungen und Handlungen einsetzen, verstärken ihre Angst, statt sie aufzulösen. Selbstverständlich wissen sie ganz genau wie der Hase läuft. Ihnen kann schliesslich niemand mehr etwas vormachen. Aber sie können plötzlich kaum mehr mit Innovationen umgehen. Auch hinter dem Ehrgeiz steckt die Angst, nämlich jene vor dem Versagen. Sie macht aggressiv.

Der Teufelskreis dreht sich weiter und schneller

Die meisten Führungskräfte drehen sich weiter und schneller in der Spirale des teuflischen Zirkels. Sie bleiben in ihren Denk- und Willenskonzepten verhaftet. Sie können unbekannte Möglichkeiten nicht als solche erkennen. Ihr Denken und ihr Wille wehren sich gegen das Neue und schotten sie gegenüber dem Unbekannten ab. Führungskräfte, die diese Programme verfolgen, wollen mit den Instrumenten ihres Mind direkt und linear ihr



Bewusstsein und Verhalten in eine bessere Richtung lenken. Sie wollen sich selbst in den Griff bekommen oder gar ihr ganzes Leben im Griff haben. Doch niemand kann Lebendiges wirklich in den Griff bekommen. Auch wenn das die Kontrollfreaks manchmal glauben.

Das Leben lässt sich nicht an die Kandare nehmen, Leben ist nun mal offenes Werden. Es kann langfristig nicht gelingen. Der Geist ignoriert solche kontrollierenden Manipulationen regelmässig. Darum wird aus den eingangs skizzierten Selbst-Programmen wenig Dauerhaftes. Trotzdem meinen Manager, ständig noch mehr vom Gleichen, immer mehr vom Falschen, machen zu müssen, um besser zu werden. Der Schweizer Zukunftsphilosoph Andreas Giger schreibt in „Bewusstseins-Eliten“ dazu, dass mehr vom Selben als Akt der Vermehrung sehr eindimensional daherkäme. Was den Ansprüchen des komplexer werdenden Lebens überhaupt nicht mehr entspricht.

Im Gegensatz dazu wäre die Bewusstseins-Erweiterung mehrdimensional. Was heute für jedermann zentral ist, der seine Karriere respektive sein Leben stärken will. Im Übrigen können die echten Bewusstseins-Eliten in allen Lebensbereichen zuhause sein, wie zum Beispiel in Kunst, Politik, Sozialem, Wirtschaft. Auch auf den verschiedensten Funktionsstufen. Aber auch für sie gilt: Erst wenn die Einsicht da ist, dass es für die Selbstverstärkung neue Wege braucht, kann der Pfad über den Mind (Denken und Wollen) verlassen werden. Doch sie sind zumindest generell offener, um sich mit Neuem und Unbekanntem anzufreunden.

Doch praktisch spielt sich ein mehr oder weniger verstecktes Drama ab. Viele Führungskräfte müssten eigentlich weniger denken und wollen, was ihr Bewusstsein kaum zulässt. Schliesslich sind sie gerade auf ihr Denken und Wollen besonders stolz. Ihr Bewusstsein kann sich nicht ausbreiten, weil es seine eigenen Grenzen nicht überschreiten will. Also muss Hilfe von Aussen her, für die es selbst schon eine kleine Grenzüberschreitung braucht ...

Selbstverstärkung durch weitgehenden Verzicht auf Denken, Wollen, Ehrgeiz und Disziplin

Zeitstabile Selbstverstärkung funktioniert so gut wie gar nicht durch Denk- und Willens-Prozesse. Sie wird vom Leben selbst gesteuert, besser gesagt vom Licht des Lebens. Es gibt kein Leben ohne dieses Licht, das gemäss Quantenphysik aus Energie und Information besteht. Dieses Licht treibt das Leben voran, sowohl das universale als auch das personale. So findet Evolution statt. Ihr Licht enthält die Information „besser werden“. Das ist der grundsätzliche Code der Evolution.

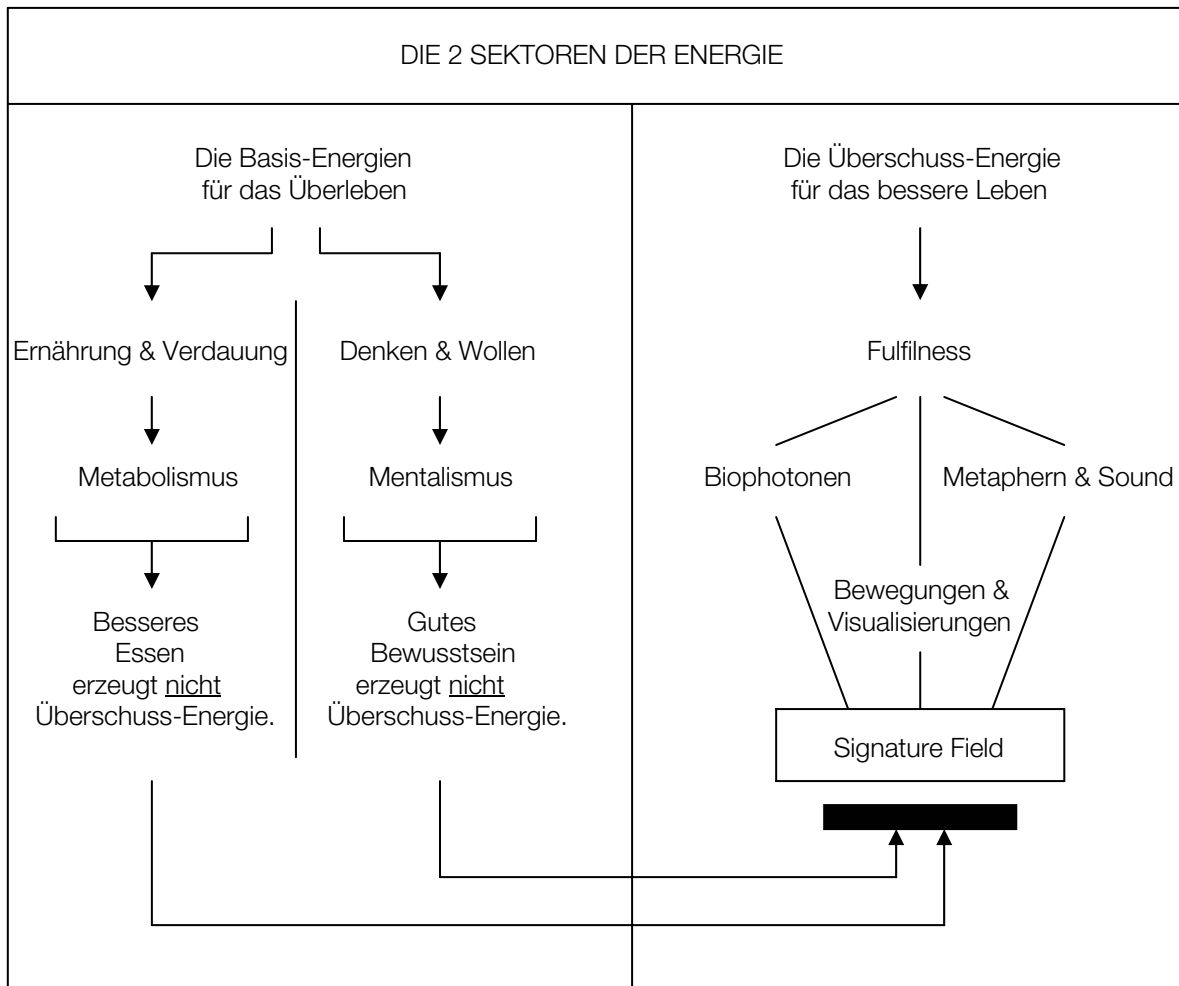
Einstein sprach in diesem Zusammenhang von der kosmischen Absicht. Sie ist nichts Abgehobenes und schon gar nichts Esoterisches. Der deutsche Trend- und Zukunftsforscher Gerd Gerken sagte dazu: „Es ist historisch bewiesen, dass es auf unserer Erde bis jetzt nur ein Besser-Werden gab. Es gibt uns Menschen schon relativ lange, und wir haben allerhand erlebt und viel Unsinn gemacht. Aber à la longue, über einen grossen Kamm geschert, ist es immer besser geworden. So ist das, was im Augenblick passiert, ein kleines Kristall-Körnchen des Besser-Werdens, unabhängig davon, wie es vom persönlichen Leben gerade gedeutet wird oder welche situativen Emotionen es gerade hervorruft.“

Die Verfechter der konventionellen Selbst-Programme wischen solche Erkenntnisse von avantgardistischen Persönlichkeiten wie Gerd Gerken, George Spencer Brown und anderen Vordenkern unter den Tisch. Ihre Programme basieren weiterhin auf linearem und extrem zielgerichtetem Doing für Körper und Geist: Ich-will-selbst-machen. Doch die Denk- und Willens-Programme versagen, wenn es um dauerhaftes Besser-Werden geht. Die dahinter stehenden Energien sind nicht zeitstabil. Im Gegensatz zu den Energien, die auf Doing-by-Nondoing aufbauen (Konzept zu FULFILNESS® von Gerken).

Ein Blick auf die unterschiedlichen Energien: Überleben oder besser Leben?

Die grundsätzlichen Energien für das Überleben müssen sehr gezielt und ziemlich aufwändig hergestellt werden (Metabolismus und Mentalismus). Denken, Wollen, Ehrgeiz und Disziplin. Eingebettet in bekannten Konzepten wie Aus- und Weiterbildung, Belastungsbewegung und Entspannung, Ernährung und Verdauung. Die daraus

hervorgehenden Energien sind notwendig, um im Leben über die Runden zu kommen. Jene Energie, die umfassend und laufend ein besseres Leben organisieren kann, ist relativ einfach zu erzeugen, zum Beispiel durch Fulfillness. Sie ermöglicht, überall besser zu werden, weil sie den evolutionären Code des Besser-Werdens in sich trägt. Überall, weil sie alle Lebensbereiche respektive den gesamten menschlichen Organismus ständig verbessert.



Das Signature Field ist das Fundament für die echte Selbstoptimierung im Leben eines Menschen, von Karriere bis Gesundheit, von Denken bis Seele. Es ist das persönliche Optimierungsfeld und die individuelle Fähigkeit eines Menschen, sein Leben erfolgreich und zeitstabil in ein geglücktes Leben zu transformieren. Über dieses Feld fließt die Überschuss-Energie für das Besser-Werden in den menschlichen Organismus. Signature Field und Überschuss-Energie sind aus Quantenphysik, Photonenforschung und Molekularbiologie bekannt.

Im Konzept von Fulfillness ersetzt Überschuss-Energie die Instrumente des Mind. Das einzige Doing dieses Konzeptes besteht darin, sich etwas Zeit zu nehmen für stimulierende Rituale. Sie erzeugen sich selbstoptimierende Resonanzen im Gesamtorganismus. Dieses Nondoing geschieht also fast ohne Einsatz von Denken, Wille, Ehrgeiz und Disziplin. Das persönliche Bewusstsein vollzieht diesen Prozess nicht selbst. Es tritt sozusagen auf Befehl zur Seite und verschwindet. Es überlässt die Selbstoptimierung der Überschuss-Energie, die den Code des Besser-Werdens in den Gesamtorganismus überführt. Diese Art von Selbstverstärkung (Selbstheilung, Selbstverbesserung) findet dann im Gesamtorganismus statt: in Körper, Geist und Seele genauso wie im Hormon-, Immun- und Nervensystem. Sie hat sowohl im Berufs- als auch im Privatleben positive Auswirkungen.



Fulfilness statt Selbst-Zerstörung

Das Leben entwickelt sich rasant weiter. Viele Führungskräfte können kaum mehr Schritt halten. Die Betroffenen finden auf die ständig steigenden Anforderungen des modernen Lebens nicht mehr die richtige Antwort. Offiziell macht zwar der Stress kaputt, angeblich von exogenen Faktoren ausgehend. In Wirklichkeit sind viele solcher Situationen selbstverschuldet, hausgemacht. Was viele im Business nicht einsehen wollen und den meisten Angst macht. Aber um Angst aufzulösen und aus den Handlungen herauszufiltern, braucht es Hilfen von ausserhalb des denkenden Bewusstseins. Stattdessen setzen die Leute noch mehr Wille, Ehrgeiz und Disziplin ein. Oder sie reagieren mit Resignation, die nicht selten am Anfang der Selbst-Zerstörung steht.

Wer diesen Ausführungen und Thesen folgt, stellt fest, dass die richtige Antwort auf die Anforderungen des modernen Lebens heissen müsste: Selbstoptimierung durch Überschuss-Energie. Diese wirkt als positiver Beschleuniger in einem immer besser werdenden Gesamtorganismus. Die Grundlage, damit Leben, Leistung und Erfolg laufend besser werden. Und zwar egal, wie erfolgreich jemand schon ist oder wo jemand jetzt gerade steht. Führungskräfte brauchen Überschuss-Energie, um die geheimen Grenzen in ihrem Gehirn zu überschreiten und aus dem Teufelskreis auszubrechen. Um immer müheloser immer besser zu werden.

Man kann deutlich erkennen, dass diese avantgardistische Selbstoptimierung wenig Gemeinsames mit den herkömmlichen Selbst-Programmen hat. Sie eignet sich ausgezeichnet für Führungspersönlichkeiten, die keine unnütze Zeit aufwenden wollen, um ständig an sich selbst herumzufeuern. Die den Kopf frei haben wollen, um noch leistungsfähiger zu werden. Die sich den Rücken frei halten wollen, um überdurchschnittlich zu bleiben oder zu werden. Sowohl im Berufs- als auch Privatleben.

Das Konzept von Fulfilness kann im Mind zwar theoretisch erfasst und nachvollzogen werden. Aber das nützt wenig. Fulfilness kann nur praktisch erlebt werden. Und die Praxis ist einfach: Man verzichtet auf das Arsenal von Fitness-Dressuren für Körper und Geist. Man ersetzt sie durch alltagstaugliche Neuro-Rituale. Die Rituale werden in den 2½ tägigen Trainings DER DURCHBRUCH geübt, die regelmässig in Zürich stattfinden. Im Alltag braucht es dafür weniger als zwei Stunden pro Woche, teilweise integriert in normale Handlungen.

Literatur

Biophotonen - das Licht in unseren Zellen
Geist - das Geheimnis der neuen Führung
Integrative Biophysics - Biophotonics
Wholeness and the Implicate Order

Marco Bischof, 2005, Zweitausendeins
Gerd Gerken, 1993, ECON Verlag
Fritz-Albert Popp, 2003, Springer Verlag
David Bohm, 2002, Taylor & Francis

Links

Selbstverbesserung durch höhere Energien
Licht als Materie

www.gerd-gerken.com/LetterAuszug-11-05-1.pdf
www.gerd-gerken.com/Zeitzeugen.htm

Porträt
Bernhard Aebischer

Seit 2004 Trainer und Coach für Unternehmen, Führungskräfte und Privatpersonen. Fokus auf Erfolg, Karriere, Leistungsfähigkeit, Natural Balance, Prävention und Zukunftsfitness. Seit 1997 Master Coaching Institut für Zukunfts-Beratung Worpswede. 25 Jahre Management-Praxis in Geschäftsleitung, Verkauf, Marketing, Logistik und Projektmanagement. EU- und US-Unternehmen im In- und Ausland. Betriebsökonom HWV. Mitglied in Efficiency Club, Zürcher Gesellschaft für Personal-Management ZGP, Schweizerischer Kader-Organisation SKO und THE COACHING NETWORK für FULFILNESS®. Präsident des lokalen Gewerbevereins.

DIE ECHTE KARRIERE - Business Coaching & Private Consulting
MACOREMA AG - Albisriederstrasse 315 - 8047 Zürich - 044 430 11 66
bernhard.aebischer@macorema.ch - www.die-echte-karriere.com

