



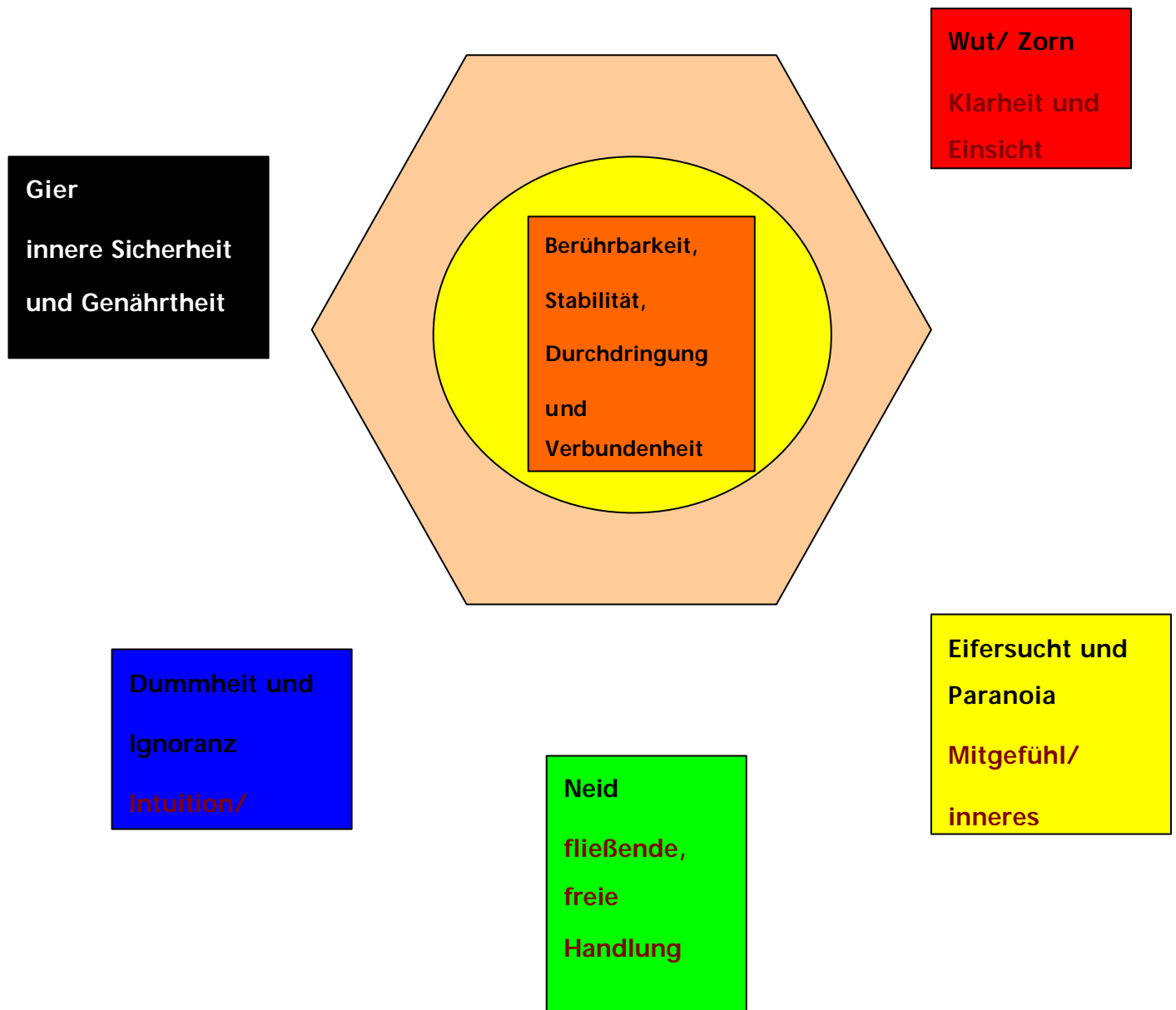
Coaching nach buddhistischen Modellen für Erfüllung und Erfolg im Beruf

Umwandlung von „Alltagsgiften“ in Verstehen

Im Alltag (auch im Berufleben) mischt sich stets Bewusstes und Unbewusstes. Unbewusstes enthält nach der buddhistischen Betrachtung einige Kernkomponenten (Geistesgifte genannt):

Wut und Zorn (Heiss oder kalt), Gier und Mangel, Neid und Eifersucht, Falscher Stolz und Selbstgefälligkeit, Unwissenheit/ Dumpfheit/ Nicht- Wahrnehmen.

Das Modell:



Arbeit mit den 5 Weisheitsenergien

Was heißt das?

Im Vajrayana (der tibetischen Spielart des Tantra) wurde schon vor langem ein Modell entwickelt, das sich im Alltag, im Umgang mit unseren Neurosen und Eigenheiten und auch im Kontakt mit anderen, sei es in Beziehungen, bei der Arbeit oder überall, wo Menschen in Kontakt gehen, als hilfreich erweisen kann.

Da die Energie uns und den Raum durchdringend ist, ist die Arbeit mit den Weisheitsenergien nützlich, sei es Beziehungen (Liebe, Freundschaft) beim Zusammenarbeiten am Arbeitsplatz, bei der selbstständigen oder freiberuflichen oder in der Straßenbahn oder im Kontakt mit Kindern, Eltern, Freunden und Ungeliebten. Das Modell der Weisheitsenergien schärft die Wahrnehmung. Alle angenehmen und unangenehmen Gefühle entspringen dieser Energiematrix.

Persönlichkeitsmerkmale, Körperhaltungen, Kleidung, Landschaft und Farben korrespondieren mit diesen Energien. In unseren Beziehungen und in unserem Liebesleben finden sich diese oft als Muster oder Movies, die ohne Gewährseim immer wieder ablaufen können. Wir reagieren auf verschiedene Menschen immer im Response auf deren Energien. In der modernen Psychoneuroimmunologie wird dieses Phänomen inzwischen mit den sogenannten Spiegelneuronen erklärt.

(Joachim Bauer, 2005, siehe Literaturhinweise)

Hier zuerst ein tabellarischer Überblick über die Energien der sogenannten Familien in Kurzfassung bezogen auf Unternehmen und personale Dynamiken:

Energiebezeichnung im Buddhismus	Vajra	Karma	Pauma	Narita	Buddha
Verzerrung	Rigide	Oral	Psychopathisch	Masochistisch	Schizoid
Reich im Buddhismus (auch spezifischer „Eisberg des Systems“)	Hölle (heiß oder kalt)	Hungergeister	Menschen	Eifersüchtige Götter	Reich der Tiere oder Götter
Sinn	Sehen	Riechen/ Schmecken	Hören	Berühren	Verstand
Berufe	Diplomaten Wissenschaftler	„Der fürsorgliche Chef“	Entertainer Berater	Soldatische Führung Workoholic	Bauer wissenschaftliche Lehrer
Leidenschaft	Der Wunsch, zu wissen	Der Wunsch, alles zu haben	Der Wunsch, zu fühlen	Der Wunsch, zu tun	Der Wunsch, zu sein

Neurotische Aktivität	Intellektualität Talking Heads	Völlerei	Manipulieren	Zwanghaftes Tun	Dumpfheit, Unbeweglichkeit
Negative Emotion	Heiße oder Kalte Wut	Gier und Stolz (mit Armutsbewusstsein)	Klammernde Leidenschaft Neid	Paranoia und vergleichende Eifersucht	Unwissenheit Leugnung (Dummheit)

Gefühl der Unzulänglichkeit	Imperfectness	Minderwertigkeit	Einsamkeit Unverbundenheit	Versagen, Inkompetenz	Unsicherheit über eigene Identität
Abwehr	Rigides Denken	Arroganz Anhäufen von Gütern	Pseudo- Mentalität Aufblasen	Kontrolle	Verschliessen Dissoziieren
Ängste	Vor emotionaler Nähe	Nicht zu sein, Nicht genug zu haben	Vor Zurückweisung und Mittelmass	Versagensangst	Gestört zu werden
Beziehungen im „verzerrten Zustand“	Unpersönlich/aggressiv	Extrem besitzergreifend	(Pseudo- Intimität) mit Dynamik Anziehung - Abstoßung	Direkt und ehrlich (bis zur Verletzung)	Weit, schlicht, entfernt, unterkühlt

Beziehungen im „klaren Zustand“	Balanciert, respektvoll	Warmherzig, durchdringend	Leidenschaftlich, Dynamisierend	Anregend, schöpferisch	still, verbindend und ausstrahlend durch Nicht- Tun
Wirtschaft/ Organisation (Beispiele)	Technologie und Bürokratie z.B. Banken und Versicherungen	Gastronomie und Handel Gesundheitswesen	Vergnügungsindustrie Massenmedien Familienbetriebe Drogenhandel Prostitution	Metallbau Bergbau Landwirtschaft Handwerke	Universitäten Beratung Werbung
Verwandlung	verwandelt Zorn in Spiegelgleiche Weisheit (Raum)	verwandelt Stolz in Weisheit des Gleichmuts (Freude)	verwandelt Begierde in Weisheit des unterscheidenden Gewahrseins (Mitgefühl)	verwandelt Neid in Weisheit des vollbringenden Handelns (Tatkraft)	verwandelt Unwissenheit in Weisheit des allumfassenden Raumes (Furchtlosigkeit)

Gesunde Aktivität	Frieden stiften	Dankbarkeit für die Welt	Menschen anziehen und positiv leiten	Projekte planen und ausführen	Einfach Sein
--------------------------	-----------------	--------------------------	--------------------------------------	-------------------------------	--------------

Verwandlung	verwandelt Zorn in Spiegelgleiche Weisheit (Raum)	verwandelt Stolz in Weisheit des Gleichmuts (Freude)	verwandelt Begierde in Weisheit des unterscheidenden Gewahrseins (Mitgefühl)	verwandelt Neid in Weisheit des vollbringenden Handelns (Tatkraft)	verwandelt Unwissenheit in Weisheit des allumfassenden Raumes (Furchtlosigkeit)
-------------	---	--	--	--	---



Darüber hinaus wenden wir verschiedene Modelle an.

Ein Fallbeispiel: (Juni 2005)

F ist Leiterin der Vertriebseinheit in einem Konzern im Pharma- und Kosmetikbereich. Sie führt 14 Außendienstmitarbeiter. Es kommt immer wieder zu Spannungen zwischen den Wünschen der Zentrale und der Arbeitsweise der Außendienstmitarbeiter.

In der Betrachtung stellten wir zuerst das Thema Spannung als körperliche Figur in den Raum, um der Wahrnehmung der Spannung mehr Deutlichkeit zu verleihen.

Anschließend fokussierten wir das Thema: Wo fühle ich mich hingezogen.

Im dritten Schritt kamen wir (kurzgefasst) zum Thema Wertschätzung für die übergeordnete Instanz und zu der persönlichen Sicht- und Denkweise der weiblichen Führungskraft („Ich kämpfe wie eine Löwin für meine Leute“).

Wir entschlüsselten die einzelnen Aspekte dieser Aussage mit den „Zehn Prinzipien“ nach Michael Roach (www.compassionate-economy.de und www.enlightenedbusiness.com) und erfuhren, welche persönliche Sichtweise und Weltwahrnehmung von ihr aus hinter dem Ganzen stand. Durch Nachfragen und Reflektieren entstand ein verändertes Verständnis der eigenen Rolle im Unternehmenszusammenhang. Damit veränderte sich das Spannungserleben im Körper, im Empfinden und in der Denkweise.

In dem 2 Tage nach unserem Treffen stattfindenden Gespräch mit dem Leiter des Vertriebs in der Zentrale löste sich das Problem durch das Wertschätzen – Können und inneres Verstehen, von seiner Aufgabe und Sichtweise einerseits und der Wahrnehmung der eigenen Aufgabe.

Diese Sichtweise veränderte andererseits auch die Anspruchshaltung der Mitarbeiter im Außendienst und führte zu deren Offenheit und dauerhafter, persönlicher Eigenverantwortung. Spannungen und Reibungen im mentalen und im körperlichen Bereich bei der Klientin verschwanden und sind seither nicht mehr aufgetreten (Oktober 2005).

Auch das Beziehungserleben hat sich seitdem gravierend verändert (Mai 2006).

Hintergrund:

Wie in einem erst einmal kaum sichtbaren Netz sind in unserem Leben Gedanken, Emotionen und Taten miteinander verwoben. Die Sichtweisen und Erfahrungen aus 2500 Jahren lassen uns feststellen, dass wir unsere Wirklichkeit durch unsere Wahrnehmung schaffen und damit für Fülle und Erfolg, für Mangel und Misserfolg persönlich verantwortlich sind, da unsere Gedanken, Emotionen, Worte und Taten Ursachen erschaffen, deren Wirkungen wir zeitverzögert später zurück erhalten.

Weitere Aspekte , mit denen wir arbeiten sind

Modell der vier Aspekte im Alltag

Befrieden- Bereichern –Begeistern- Kraftvoll Schützen

Alle Handlungen enthalten diese Aspekte. Für Erfüllung und Erfolg braucht es ein Gleichgewicht ob im Beruf oder in Beziehung.

Vertrauen – Selbstwert- Kluge Freigiebigkeit- Vergänglichkeit

Dieses Modell dient zum Verständnis von guten und schlechten Wirkungen durch Geben.

Fünf Weisheitsenergien (siehe oben)

Dazu arbeiten wir mit Modellen nach Schulz von Thun, Alexander Redlich, Klaus Holtbernd, der systemischen Gesprächsführung und anderem.

Als ethische Grundlage dient uns die Mitgliedschaft im ICF und die Zertifizierung durch das EBI in Tucson / Arizona..

Shanti Morawa Gierather Str. 70 51469 Bergisch Gladbach

info@compassionate-economy.de 02202 284847

