

Corona | Zeiten. Tradition. GeDANKen



„DEN KOMPASS NEU JUSTIEREN“

„Die Entdeckung der Langsamkeit“ von Sten Nadolny beschreibt auf beeindruckende Weise, wie aus einem Kindertraum Wahrheit wird, denn seit seiner Kindheit träumt John Franklin von der See. Es scheint, als wäre er dafür denkbar ungeeignet, denn in allem, was er tut, ist er extrem langsam. Doch was er einmal erfasst hat, vergisst er (scheinbar) nicht mehr. Als Kommandant eines Schiffes begibt er sich in den Wirren des Krieges auf die Suche nach Sinn und Erfüllung. Der Bestseller von Sten Nadolny ist auf den ersten Blick zugleich ein Seefahrerroman, ein Roman über das Abenteuer und die Sehnsucht danach sowie ein Entwicklungsroman.

Zu Zeiten von Corona wird verlangsamt – das soziale Leben wird entschleunigt bzw. ganz ausgesetzt. Doch Langsamkeit ist nicht Stillstand. Aber wie schnell ist denn dann Langsamkeit? Wo hört sie auf? Wo fängt sie an? Und kann man dann immer noch erfrischenden Fahrtwind spüren? Wie wird es nach einer Phase der Langsamkeit? Insbesondere stellen sich diese Frage, wenn es um Slow Living geht und wenn der Soziologe Hartmut Rosa (2005) eindrucksvoll beschreibt, welche Auswirkungen die rasante Beschleunigung des Lebens auf materieller, sozialer und kultureller Ebene haben kann.

„Die Entdeckung der Langsamkeit“ beschreibt im Titel ein Buch, das den soziokulturellen Problemen von veränderter Lebensgeschwindigkeit unerschrocken ins Auge sieht und laut dazu aufruft, sich der Geißel der Geschwindigkeit nicht zu ergeben. Ein Stück Zivilisationskritik oder Zeit-Zeichen-Corona?

Tatsächlich ist Nadolny etwas ganz Erstaunliches gelungen: die Langsamkeit bzw. die Entschleunigung von ihrem verstaubten Image zu befreien. Dazu bedient er sich eines persönlichen Kompasses. Wie ist es mit meinem eigenen Kompass, wenn er auf einmal ‚gezwungenermaßen‘ nach innen verlegt wird. Und zugleich wie ist es mit dem CSR-Kompass? Für Organisationen heißt dies, sich darauf einzustellen, dass eine nicht unerhebliche Zahl an (potentiellen) Konsumenten sich bewusst im privaten Umfeld aufhält und regional agiert (z.B. regionale Reisen und Produkte bevorzugt). Konsumentenscheidungen dienen nicht dem Selbst- oder Unterhaltungszweck, sondern werden bewusst und besonnen getroffen. Slow Life Seeker stehen Impulsivität und Erlebnisorientierung vergleichsweise skeptisch gegenüber. Sie wollen an Bestehendes und Bekanntes anknüpfen, um damit eine Balance für sich und für andere (z.B. die Umwelt) zu schaffen. Umso wichtiger scheint die Arbeit im Sozial- und Gesundheitswesen zu werden, so dass dadurch Strahlkraft in die gesamte Gesellschaft entstehen kann.

Reflektieren wir den Kompass wie folgt: **Kommunikation | Offenheit | Meditation | Persönlichkeit | Aktivität | Solidarität | S(eel)Sorge**

REFLEXION DER EIGENEN EINSTELLUNG
K - KOMMUNIKATION

Kommunikation – verbal und nonverbal – bestimmt größtenteils unseren Alltag. In Corona-Zeiten hält Homeoffice verbreitet Einzug und wir sind zur virtuellen Kommunikation oder zur Kommunikation mit viel Abstand aufgefordert.

Wie geht es mir damit? Wie wichtig ist mir Kommunikation – privat und auch in meiner Rolle in der Organisation? Und was habe ich in Zeiten der „anderen Kommunikation“ bei mir und anderen Personen wahrgenommen?

O - OFFENHEIT/OHNMACHT

Offenheit und Ohnmacht begegnen sich spannungsreich und ergänzend zugleich.

Lasse ich mich auf neue Dinge – neue Begegnungen – neue Wegkreuze ein? Wie reagiere ich darauf? Eher mit Ohnmacht oder eher kurz innehaltend und weiter gehend?

M - MEDITATION

Meditation kommt aus dem lateinischen meditatio zu meditari „nachdenken, nachsinnen, überlegen“, von altgriechisch

μέδομαι medomai „denken, sinnen“ und ist eine in vielen Religionen und Kulturen ausgeübte spirituelle Praxis – im Christentum analog zum Gebet. Es ist erwiesen, dass Menschen, die täglich meditieren / beten fokussierter und gesünder sind – sowohl physisch als auch psychisch.

Wie ist es bei mir? Welche Form von Gebet bzw. Meditation wähle ich z.B. täglich? Habe ich dabei eine Lieblingsmeditation? Welches Gebet erreicht dabei meine Seele?

P - PERSÖNLICHKEIT

Die sogenannte Temperamentenlehre ist eine der ältesten Persönlichkeitstypologien und geht auf den griechischen Arzt Hippokrates von Kos zurück, der um 400 v.Chr. lebte. Die damalige wissenschaftliche Hypothese hieß, dass die unterschiedlichen Charaktere mit den vier ‚Körpersäften‘ Blut, Schleim sowie gelbe und schwarze Galle zusammenhängen. Daher leiteten sich die Namen von vier Persönlichkeitstypen bzw. Temperamenten *Sanguiniker, Phlegmatiker, Melancholiker* und *Choleriker* aus den griechischen Wörtern für diese vier Körperflüssigkeiten ab.

Weiß ich, welcher Persönlichkeitstyp ich bin? Und wie ich reagiere auf Neues/Unvorhersehbares? Wie begegne ich in angespannter Stimmung anderen? Kann ich mich gut auf andere Typen einlassen?

A - AKTIVITÄT

In diesen Coronavirus beherrschenden Tagen fiel mir die alte Parabel von den Stachelschweinen im Winter wieder ein - von Arthur Schopenhauer 1851 geschrieben. Eine Gruppe Stachelschweine steht an einem kalten Wintertag zusammen, und auf einmal ist da dieses kollektive Gefühl, dass man sich gegenseitig wärmen könne, „um sich vor dem Erfrieren zu schützen“. Die Lage ist also durchaus ernst. Sobald die Stachelschweine aber in die Umsetzung gehen, wie man das heute nennen würde, stellt sich ihre grundlegende Eigenschaft des Stacheligen als Problem heraus. Es piekst. Die Stachelschweine rücken erschrocken wieder auseinander, was erneut zum Temperaturverlust führt. „So wurden sie zwischen beiden Leiden hin und her geworfen, bis sie eine mäßige Entfernung voneinander herausgefunden hatten, in der sie es am besten aushalten konnten.“ Schopenhauer wird Freude an seinem Bild gehabt haben, es ist so klar und einfach und dennoch tiefgründig. Der Ingenieur wird die Stachelschweinfrage als reines Optimierungsproblem verstehen, der Philosoph wird eine allgemeingültige Antwort für das Maß von Nähe und Distanz für nahezu unmöglich halten, denn „ihre vielen widerwärtigen Eigenschaften und unerträglichen Fehler stoßen sie (die Menschen) wieder voneinander ab“, so der Text. Die Suche nach einem richtigen Maß der Höflichkeit, dennoch nicht zu distanziert, bleibt dem Menschen dauerhaft erhalten. Menschliche Distanz nennen wir auch Kälte. Da ist es wieder. Wie tief dieser Virus in die Gesellschaft, in unsere Aktivitäten eingreift – ist noch fraglich. Er scheint an vielen Stellen regelrecht wie ein Katalysator zu wirken, bringt vorhandene, aber verdeckte Dinge erst zutage, verstärkt Ängste, entfesselt Wut, zeigt möglicherweise wahre Gesichter hinter Fassaden. Letztlich zeigt sich dann der Charakter in der Tat, nicht im Wort.

Was können wir aus diesen Bildern an Positivem ziehen? Wie sieht das sprichwörtliche Apfelbäumchen aus, das wir jetzt pflanzen könnten, mitten hinein in die verunsicherten Stachelschweine? Etwas, das mehr ist als nur ein „hoffentlich wird es bis zum Sommer besser“? Wir könnten lernen, dass Weniger das neue Mehr ist und endlich die Lebensqualität des Weniger verstehen und verinnerlichen. Wir könnten wünschenswertes Wachstum endlich neu definieren, nämlich im Bereich Bildung statt im Konsum.

S - SOLIDARITÄT

Wir haben das Bedürfnis, mit Familie und Freunden zusammen zu sein. Das Gefühl sozialer Nähe und Wärme wollen wir nicht ganz einstellen und da werden viele digitale Möglichkeiten gewählt. Vielleicht gibt uns die Zeit im Frühjahr 2021 die Gelegenheit, das oberflächliche „Küsschen hier, Küsschen da“ zu überwinden und wieder durch Sprache und Aufmerksamkeit zum Ausdruck zu bringen, was wir an unserer Familie und unseren Freunden schätzen. Dann können wir die Einschränkung sozialer Kontakte und sogar eine vorübergehende Quarantäne und Isolation annehmen und sie macht Sinn, wie es Frankl sagt. Sie wird vermutlich endlich sein.

Wie solidarisch bin ich? Vielleicht schreibe ich in der Zeit einmal einen Brief? Oder rufe den älteren Nachbarn an oder gehe für ihn einkaufen?

S - (SEEL-)SORGE

Probleme, Not und Trauer kennen keine Öffnungszeiten und keine Feiertagsruhe – doch in Zeiten von Corona schon und wie findet dann Sorge, Fürsorge und Seelsorge statt. Vielen Menschen fällt es schwer am Telefonat oder im virtuellen Raum, sich verletzlich zu zeigen, über ihre Sorgen zu sprechen und um Hilfe zu bitten.

Wie wach und aufmerksam nehme ich mein Gegenüber war? Wie einfühlsam bin ich? Wie aktiv zuhörend nehme ich auf?

Justieren wir den KOMPASS neu und be-denk-en und er-fühl-en manche Dinge neu und blicken in eine sinnverfüllte und nachhaltige Ausrichtung der Organisation.

Mit nachhaltigen Grüßen und frohen Ostergrüßen

Ihre Katrin Keller & Ihr Martin F. Müller

(Bildquelle: Shutterstock, Fotograf: nito)