

## Der Sinn von Putzen

von Thomas Schulte

Kürzlich war ich auf einem fünftägigen Meditationskurs. Schauplatz des Geschehens: der Benediktushof bei Holzkirchen in der Nähe von Würzburg, ein ehemaliges Benediktinerkloster. Ganz in der Tradition der Benediktiner müssen die Teilnehmer eine Stunde bei der Haus- oder Gartenarbeit mithelfen.

Leider waren bei meiner Einschreibung am Vorabend schon viele der Haus- und Gartenarbeiten zugeteilt worden. Zu vergeben waren nur noch ein paar offensichtlich wenig attraktive Putzarbeiten von Fluren und WCs. Zähneknirschend nahm ich das kleinste Übel: einen Flur im Obergeschoss eines der Gebäude.

Ein wenig später, beim gemeinsamen ersten Abendessen, erläuterte der Kursleiter dann einige organisatorische Fragen und gab uns bezüglich der Hausarbeit mit auf den Weg: „Auch wenn es schwer fällt, versucht Euch bitte auf diese eine Stunde so gut es geht einzulassen.“

Am nächsten Morgen ging es viel zu früh los. 5.15 Uhr aufstehen, 5.45 Uhr Beginn der ersten Meditation, danach Frühstück und von 8.00 Uhr bis 9.00 Uhr die besagte Hausarbeit. Etwas müde aber optimistisch machte ich mich auf den Weg zu dem Flur, bewaffnet mit Eimer, Wischer und einer Reihe anderer Utensilien.

Meine gute Laune verflog schnell, als ich den Flur sah: Endlose Weiten! Es galt den Boden zu wischen, alle Türen (18!) mit Rahmen zu reinigen und (gefühlte 500 m) Fußleisten abzustauben.

So schnell wie möglich erledigte ich alles. Nach 20 Minuten war ich durch. Toll! Schweißgebadet, aber fertig. Nur eines war mir klar: ich hatte mich nicht auf diese eine Stunde eingelassen. Und ehrlicherweise hatte ich auch ein paar Meter Fußleisten ausgelassen und bei den Türen ein Auge zugedrückt.

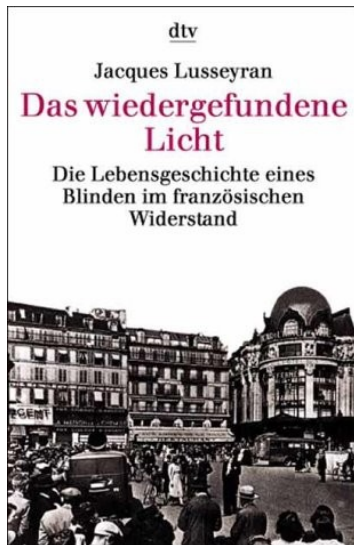


Am zweiten Morgen ging es schon ein wenig besser: ich nahm mir 30 Minuten Zeit und nahm die Aufgabe schon ein wenig ernster. Am dritten Morgen fing ich überraschenderweise an, Gefallen an der Putzerei zu finden und verbrachte schon 45 Minuten damit. Am letzten Tag widmete ich mich eine volle Stunde dem Putzen, entdeckte Winkel

und Ecken, die mir die Tage zuvor gar nicht aufgefallen waren. Ich identifizierte mich irgendwie mit diesem Flur. Unglaublich, es war „mein“ Flur geworden.

Übrigens, die Meditation war auch sehr gut. Kein Zweifel. Aber dieser Flur... Seitdem sehe ich manche (auf den ersten Blick unattraktive) Aufgaben mit anderen Augen, mit mehr Motivation und Zuneigung. Ich glaube nun, dass Menschen auch im trivialen und ungeliebten etwas Besonderes entdecken können.

## Buchempfehlung



### Jacques Lusseyran: Das wiedergefundene Licht. Die Lebensgeschichte eines Blinden im französischen Widerstand

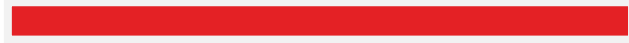
Das autobiographische Werk behandelt die Lebensgeschichte des Autors, der durch einen Unfall im Alter von acht Jahren früh erblindet. Notgedrungen muss er seine anderen Sinnesorgane einsetzen. Mit der Zeit lernt er sich auf sein "Gefühl", seinen "Instinkt" zu verlassen. Später schließt er sich der Resistance an und wird bei Bewerbungen von Widerstandskämpfern hinzugezogen. Er hat sein Gefühl zur Meisterschaft entwickelt und sein Urteil entscheidet über Aufnahme oder Ablehnung. So verhindert er einige Male die Einschleusung eines Spiones.



Inspirationskraft



Relevanz für Beruf



Unterhaltungswert

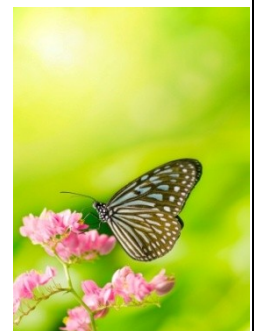


## Übung

### Entwicklung der Intuition

Vieles geht in unserem Alltag unter. Unzählige Reize strömen auf uns ein. Emails, Anrufe, etc. Unsere Sinne werden dadurch stumpfer und stumpfer. Schärfen Sie sie! Nehmen Sie sich ein wenig Zeit, in der Sie nicht gestört werden können. Wenn möglich nehmen Sie eine Stoppuhr und stellen sie auf eine Minute ein. Bitte schließen Sie die Augen.

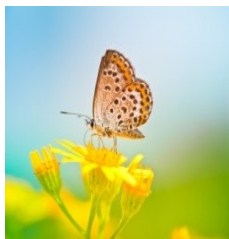
1. Minute: Achten Sie auf Ihren Atmen. Was nehmen Sie wahr?
2. Minute: Hören Sie auf die Geräusche um Sie herum. Was nehmen Sie wahr?
3. Minute: Nehmen Sie einen beliebigen Gegenstand in die Hand und entdecken Sie in ihn mit allen Details.
4. Minute: Achten Sie auf Ihren Bauch. Was nehmen Sie wahr?



## NEU: Online Test zum IMP

### Noch schnelleres und sicheres Change Management

Die Symbiont Group hat ihr Organisationscoaching weiter spezifiziert und verfeinert und bietet nunmehr das **Integrierte Management Programm (IMP)** an. Es besteht aus einem oder mehreren dreimonatigen Aufträgen (sogenannten **Sprints**), die sich in den laufenden Betrieb gut einfügen und ist damit ein noch sichereres und schnelleres Verfahren zur Umsetzung anspruchsvoller organisatorischer Veränderungsvorhaben, wie die Umsetzung einer Krisenstrategie, eines Kulturwandels, etc.



#### Ergebnisse:

- ✓ Zuverlässige Erreichung der individuellen *und* organisatorischen Ziele.
- ✓ Schnelle Umsetzung ohne den laufenden Betrieb zu stören.
- ✓ Mehr Zufriedenheit bei der Arbeit.
- ✓ Geringere Burn-Out Gefahr.
- ✓ Nachhaltigkeit.

[Hier](#) geht es zur IMP Produktbeschreibung.

### NEU: Der 5-4-3-2-1 Basics Check zum IMP

Viele traditionelle Veränderungsprojekte bleiben bekanntermaßen hinter ihren Möglichkeiten zurück. Mit unserem neuentwickeltem 5-4-3-2-1 Basics Check können Sie frühzeitig feststellen, wie groß die Erfolgsaussichten Ihres Change-Management Projektes sind. Dabei kann es sich um ein geplantes oder ein bereits laufendes handeln.

Hier geht es zum kostenlosen und unverbindlichen [5-4-3-2-1 Online Test](#).



Allein die Fragen werden Ihnen sicherlich schon die eine oder andere Anregung geben. Wenn Sie zusätzlich ein vertrauliches Feedback der Symbiont Group wünschen, vergessen Sie bitte nicht, in dem obersten Feld Ihre Kontaktdaten einzutragen.