

Denkanstöße 4 - Wege zum Geistesblitz

Warum zermartern wir uns angesichts komplexer Problemstellungen häufig stundenlang erfolglos das Gehirn und werden dann zu einem völlig unerwarteten Zeitpunkt von einem Geistesblitz überrascht?

Kommt Ihnen das bekannt vor? Stundenlang zermartern Sie Ihr Hirn auf der Suche nach dem fehlenden Mosaiksteinchen, um eine Aufgabe zu lösen. Sie zweifeln an Ihrem Verstand und fragen sich, wozu Sie über all die Jahre Wissen und Erfahrungen angesammelt haben. Sie schließen die Augen und sehen vor Ihrem geistigen Auge: nichts als nichts.

Schließlich geben Sie frustriert auf. Doch auch auf dem Weg nach Hause klebt das Problem an Ihnen wie ein lästiger Kaugummi am Schuh. Hoppla, fast hätten Sie das Stoppschild übersehen! Beim Essen im Kreise der Familie starren Sie ins Leere, während die Kinder versuchen, Sie an ihrem Leben teilhaben zu lassen: "Du Papa, heute in der Schule..." Fragen und Bitten Ihrer Lieben erhöhen die Last auf Ihren Schultern.

Nun gehen Sie unter die Dusche. Der Gedankenkreisel, angetrieben von Ihrem Problem, bleibt für eine Weile stehen. Ihr Verstand lässt endlich los. Auf einmal passiert etwas Erstaunliches! Da kommt wie aus heiterem Himmel die Lösung! Einfach so! Die ganze Marter der grauen Zellen, die Frustration Ihrer Familie, kommt Ihnen jetzt ziemlich kindisch vor. Zu Recht. Und was haben wir daraus gelernt? Häufig nichts. Beim nächsten Problem schippern wir wieder im alten Fahrwasser: Wir verfolgen wieder wie Kapitän Ahab gnadenlos und fanatisch unseren Moby Dick: den fehlenden Geistesblitz.

Wenn das bei Ihnen auch so ist, sollten Sie, alias Kapitän Ahab, etwas dagegen tun. Das Geniale daran ist, dass die Lösung darin liegt, nichts zu tun. Sie haben richtig gelesen: Nichts tun, NICHTS. Das Geheimnis der Geistesblitze liegt in der Fähigkeit, das Problem loszulassen.

Es genügt, wenn Sie sich intensiv und systematisch mit einer Aufgabe auseinander setzen, und zwar nur so lange, wie Sie dies auch entspannt und konzentriert tun können. Dann vertrauen Sie auf Ihr Unterbewusstsein. Ja ich weiß, das fällt rationalen Ingenieurgeistern bekanntmaßen schwer, doch vielleicht hilft Ihnen die folgende Analogie: Betrachten Sie das Gehirn wie ein Client-/Serversystem. Ihr Bewusstsein ist ein leistungsschwacher Client, Ihr Unterbewusstsein jedoch ein Hochleistungsserver. Durch Aufgaben wie sinnloses Grübeln und Ärgern wird der Server davon abgehalten, seinen Job zu tun.

Machen Sie also Pause, sortieren Sie Post, hören Sie Ihre Lieblingsmusik, trinken Sie ein Bierchen (EINS!!) und vertrauen Sie auf Ihre grauen Zellen. Probieren Sie es aus und freuen Sie sich über jede Menge Geistesblitze, die nur darauf warten, dass sie herausgelassen werden.

Tipps für Geistesblitzer: Jetzt anfordern!

Ich freue mich auf Ihre Denkanstöße unter denkanstoss@microconsult.de.

Peter Siwon