

Ein Weg zum gelingenden Miteinander

Eugen Flöthmann

Wohl jeder Mensch hegt den Wunsch, dass das Miteinander mit seinen Mitmenschen gelingen möge, dass es gut sei. Doch es ist vertrackt. Schauen wir uns um, dann gewinnen wir geradezu den Eindruck, dass unser Zusammenleben wesentlich durch Streitigkeiten geprägt ist, dass die Menschen mehr gegeneinander agieren als miteinander und dass es doch gerade die schwierigen, die belastenden, die verkorksten Situationen sind, die unseren Alltag ausmachen.

Aber was macht ein gutes Miteinander überhaupt aus? Sicher, wir wollen wertschätzend, vertrauend, empathisch, offen, ehrlich und tolerant sein im Umgang mit unseren Mitmenschen. Wir wollen durch unser konstruktives Zusammenwirken gute Resultate erzielen, Probleme lösen, die Situationen verbessern, sie bereichern, aufwerten und damit eine neue Ordnung schaffen.

Nur wie gelingt uns das? Wie kommen wir zu einem guten, aufbauenden Miteinander? Wie können wir eine verbindende, eine tragende Ordnung in den täglichen Situationen schaffen? Auf diese Frage möchte ich hier eine mögliche Antwort vorstellen.

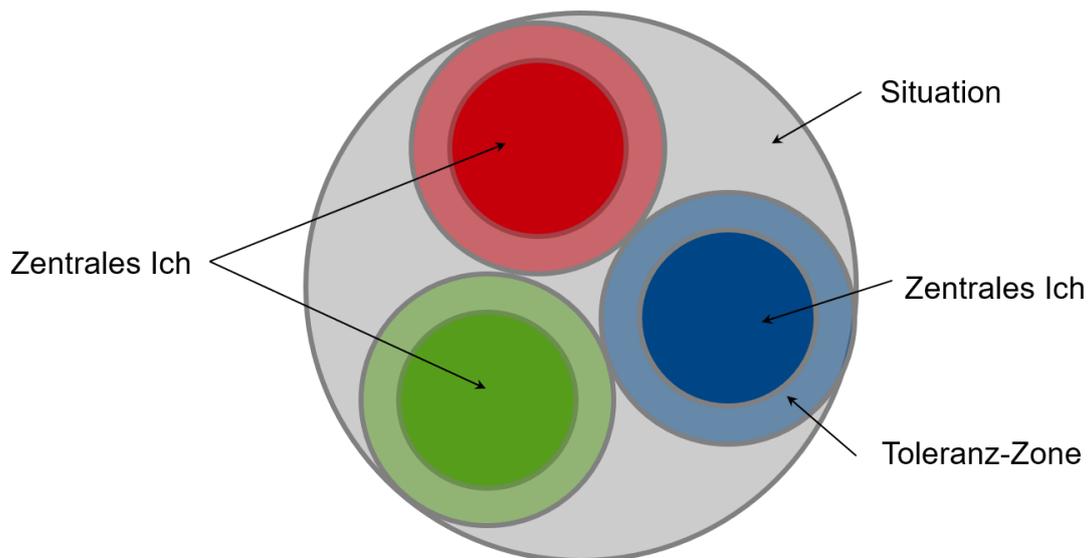
Doch lasst uns Schritt für Schritt vorgehen: Was ist unsere normale Vorstellung davon, wie ein Miteinander funktioniert? Dazu fällt mir die Geschichte der Stachelschweine von Arthur Schopenhauer ein:

Eine Gruppe Stachelschweine drängt sich an einem kalten Wintertag recht nah zusammen, um sich durch die gegenseitige Wärme vor dem Erfrieren zu schützen. Jedoch spüren die Tiere die Stacheln der anderen, welche sie wieder voneinander Abstand nehmen lassen. Das Bedürfnis nach Wärme treibt sie aber wieder näher zusammen, und es wiederholt sich das Übel der erzwungenen Entfernung, sodass sie sich bald zwischen beiden Leidensmomenten hin und her bewegen, bis sie eine mäßige Entfernung voneinander herausfinden, in der sie es am besten aushalten können.

Ähnlich treibt das Bedürfnis nach Zugehörigkeit, Verständnis, Liebe und Wärme die Menschen zueinander, aber durch ihre egoistisch geprägten Eigenheiten und auf den persönlichen Vorteil ausgerichteten Verhaltensweisen stoßen sie sich auch wieder voneinander ab. Die ‚mittlere Entfernung‘, die sie letztlich herausfinden und in der ein Beisammensein bestehen kann, beruht auf Höflichkeit, Respekt und feiner Sitte. Demjenigen, der sich nicht in angemessener Distanz aufhält, ruft man in England zu: „Keep your distance!“ In ‚mittlerer Entfernung‘ wird zwar das Bedürfnis gegenseitiger Erwärmung nur unvollständig befriedigt, aber dafür der Stich der Stacheln nicht erlitten. Und wer viel eigene, innere Wärme hat, bleibt der Gesellschaft lieber fern, um Beschwerde weder zu geben noch zu empfangen.

Der Geschichte Schopenhauers nach ist jeder Mensch streng darum bedacht, sein Ich zu schützen. Der Erhalt der persönlichen Einstellung, Neigung und Vorliebe ist die

treibende Kraft zu einer respektvollen, sich und das Gegenüber schützenden Handlungsweise. Daher lässt sich das Ich gut als einen Kreis darstellen, um den herum es eine kleine Toleranz-Zone gibt, in der ein Miteinander möglich ist. Hier haben andere Menschen Zutritt, ohne dass die Person dies als störend empfindet. Übertritte in die ‚Ich-Zone‘ einer anderen Person sollten jedoch tunlichst vermieden werden, da sie die Freiheit des betreffenden Menschen einschränken, ihn traumatisieren oder in anderer Weise beeinträchtigen können.



Um das Miteinander in der Toleranz-Zone zu gestalten, werden Benimm- und Verhaltensregeln aufgestellt. Dabei ist die Toleranz-Zone unterschiedlich groß, je nachdem, mit welchen Menschen wir es zu tun haben. Auch die Regeln werden von Situation zu Situation, von Mensch zu Mensch verschieden aufgestellt. Meist macht das jeder Mensch für sich allein; die Regeln werden oft gar nicht ausgesprochen oder abgeklärt. Doch sie werden stets erwartungsvoll formuliert, beruhend auf der persönlichen Einstellung. Im weiteren Verlauf der Beziehung passt jede der teilnehmenden Personen ihre Regeln immer wieder der Situation an. Denn alle sind empfindlich darauf bedacht, den anderen nicht zu nahe zu treten und auch selbst nicht in eine als nicht stimmig empfundene Nähe zu den anderen zu geraten. Betrachten wir nun aufmerksam eine Gruppe Menschen, die im Gespräch ist, so können wir bemerken, dass innerhalb der Gruppe doch jede Person für sich alleine dasteht; jede hat ihre Meinung, ihre Position und ihre Regeln. Und dabei sind alle streng darauf bedacht, die Toleranz-Zone einzuhalten, denn jeder möchte seine Freiheit und Unabhängigkeit bewahren und wird im Gegenzug die Freiheit des anderen ebenfalls wahren wollen.

Trotz großem Bemühen wird wahrscheinlich ein zufriedenstellendes Resultat nicht so schnell erreicht. Denn das Miteinander bleibt oft in gegenseitigen Höflichkeiten und freundlichen Floskeln hängen, da es keine gemeinsame, verbindende Basis für ein Gespräch gibt. Um diese Basis zu schaffen, müssten die Toleranzbereiche größer werden. Wie schafft man das? Stellen wir die Fragen doch einmal anders: Wie

definieren sich die einzelnen Personen eigentlich in der Situation? Was macht die Personen aus? Warum ist die Toleranz-Zone so klein? Ganz einfach: Meist nehmen wir den Mitmenschen als Bedrohung wahr und begegnen ihm voller Misstrauen, da er uns kritisch gegenüberstehen könnte, uns für seine Zwecke ausnutzen könnte, uns über das Ohr hauen könnte.... So kann jede Nähe als kleiner oder großer Angriff auf unser Ich empfunden werden, als Attacke, gegen die jeder sich verteidigen will. Wir wollen unser Ich schützen. Doch gleichzeitig stellt sich die Frage, was macht denn die individuelle Persönlichkeit aus? Was ist das, «die eigene Person»? Merken wir nicht zeitweilig, wie wir uns selber fremd sind, nicht verstehen, warum wir auf diese Weise fühlen, oder genau in dem Moment dies denken? Wir wissen gar nicht, was unser Ich in der Situation ausmacht, und so können wir gar keinen eigenen Standpunkt einnehmen. Wir sind unsicher. Deshalb wappnen wir uns vor dem Unvorhergesehenen, wir rüsten uns gegen jede Art feindlicher Angriffe. Die Toleranz-Zone wird zur Schutz-Zone. Mit ihr tarnen wir unsere Unsicherheit und die damit einhergehende Angst, die wir auf keinen Fall jemandem zeigen möchten. Je unsicherer ich in meinem eigenen Wesen bin, desto kleiner fällt der Toleranzbereich aus. Wir verkleinern sozusagen das Gelände, das von anderen betreten werden darf.

So stecken wir unsere Energie in die Toleranz-Zone, in das Aufstellen und das Einhalten der Regeln, die das Miteinander prägen sollen. Es erinnert geradezu an einen goldenen Käfig. Da wird viel Aufwand in den Käfig gesteckt. Doch dadrinnen sitzt der Vogel, der traurig seine trockenen Körner pickt. Viel lieber möchte der Vogel doch frei herumfliegen und den Käfig hinter sich lassen.

Und genau so, wie der Vogel die Sehnsucht hat, frei zu fliegen, können wir uns in der gemeinsamen Situation fragen: was ist unsere Sehnsucht, was ist das Wesentliche, der zentrale Bedarf, der aufgegriffen und in eine Realität gebracht werden möchte? Dabei ist uns der zentrale Bedarf oft erst einmal gar nicht bewusst. Doch indem wir uns nach dem Bedarf ausrichten, ihn in der Situation ergründen und weiter zu einer Lösung bringen, treten wir von uns selbst zurück und eröffnen einen gestaltenden Raum. Die gemeinsame Beantwortung der Frage: Was wollen wir in dieser spezifischen Situation ändern? Wo drückt der Schuh? schafft eine verbindende Basis für alle Beteiligte, die jedem Einzelnen eine Ausrichtung und einen Halt gibt, die eine Sicherheit und Stabilität für sein Ich bietet. Anhand dieser Basis orientieren wir uns, und können unsere Toleranz-Zone entsprechend ausweiten und anderen mehr Zutritt gewähren. Denn wir wollen zu einer Lösung kommen und halten Ausschau nach passenden Wegen und Möglichkeiten. Und jetzt sehen wir die Beiträge der anderen Menschen nicht mehr als Attacke auf unser Ich an, sondern fragen uns stattdessen, wie uns diese Beiträge helfen könnten, zu einer Lösung zu kommen. Das lässt uns offener werden für andere Meinungen, und Ansichten. Wir entwickeln die Bereitschaft, uns auf die Personen einzulassen, uns mit ihnen auseinanderzusetzen, uns auszutauschen, einzufühlen, gemeinsam Lösungsideen zu finden, zu konkretisieren, neue Perspektiven zu schaffen, ein Verständnis und eine tragende Vorstellung für eine Neuausrichtung zu entwickeln. Als Resultat entsteht eine verbindende Lösung für die Situation, die den Bedarf

befriedigt. Es etabliert sich eine neue, spezifische Ordnung, die unterschiedliche Interessen vereint und jeden Beteiligten aufbaut, die seine Individualität stärkt.

Betrachten wir ein konkretes Beispiel: Reden wir über das Wetter! Das Wetter selbst interessiert uns womöglich gar nicht; wir sind ja keine Meteorologen. Doch wenn wir am nächsten Wochenende eine Bergtour planen, dann wird das Wetter für uns wichtig. Und warum wollen wir eine Bergtour planen? Weil wir mit guten Freunden mal wieder Zeit verbringen möchten und darum mit ihnen etwas unternehmen wollen. Es kann natürlich auch eine Radwanderung sein oder ein Grillabend. Nicht das, was gemacht wird, steht im Vordergrund, sondern der Wunsch, sich zu treffen und gemeinsam etwas zu unternehmen. Das ist der Bedarf, klar auf den Punkt gebracht: *Wir wollen mit unseren Freunden zusammen etwas unternehmen.* Dabei spielt das Wetter zwar eine gewisse Rolle, aber das Wetter ist nicht das zentrale Thema. Auch überlegen wir gemeinsam, was wir uns vornehmen und wie wir es gestalten wollen; uns fallen sofort ein paar tolle Ideen ein. Letztlich aber ist die Freude darüber, dass wir uns überhaupt verabredet haben, um gemeinsam etwas zu tun, die wesentlichste Antwort auf den konkret formulierten Wunsch.

Bevor es jedoch soweit ist, dass wir gemeinsam planen, werden wir uns davon überzeugen, dass unsere Freunde selbst auch den Wunsch haben, mit uns gemeinsam etwas zu unternehmen. Nur der geteilte Bedarf bildet die verbindende Basis. Der beiderseitig formulierte Wunsch, zusammen etwas zu unternehmen, wird zum führenden Gedanken im Miteinander, wenn es darum geht, was genau wir für das gemeinsame Wochenende planen werden. Diese Idee hilft uns dabei, die möglichen Varianten und Vorschläge bestmöglich zu prüfen und gegeneinander abzuwägen.

Neben der Notwendigkeit, eine verbindende Basis zu finden, ist es auch wesentlich, dass sich jeder mit seinen Möglichkeiten in die Lösungsentwicklung mit einbringt. Jeder ist aufgefordert, selbst herauszufinden, was er beitragen kann, damit auf dieser Basis Lösungen gefunden oder entwickelt werden können.

Um bei dem Beispiel einer zu planenden Bergtour zu bleiben, bedeutet es vielleicht, dass der eine ein Gipfelstürmer ist, jemand anderes lieber leichtere Strecken geht und ein Dritter Wert auf ein gutes Picknick zwischendurch legt. Und mir ist es wichtig, einen möglichst schönen Naturpfad zu laufen, der abseits der Wanderrouten liegt, auf denen die Massen unterwegs sind. Und Du möchtest Dir Zeit lassen, um die Blumen am Wegesrand zu beobachten und Kräuter zu sammeln. Es gilt, alle Einzelinteressen zusammenzubringen, und dafür hat ein jeder Zugeständnisse zu machen. Die Gruppe wird wahrscheinlich davon absehen, die Zugspitze zu besteigen, aber beschließen, dass es trotzdem ein Gipfelerlebnis geben soll, auf einem kleineren Berg, der für alle gut begehbar ist.

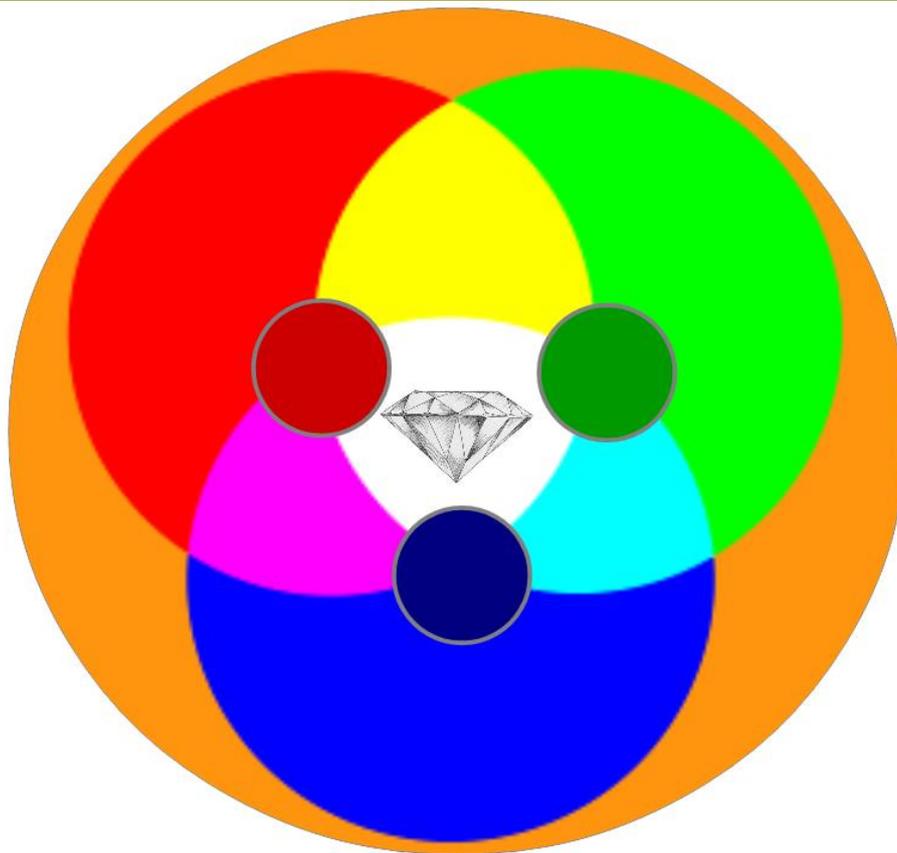
Wir und unsere Freunde werden bereit sein zu diesen Zugeständnissen, da uns in der konkreten Situation eine Lösung für den gemeinsamen Bedarf wichtiger ist als die individuellen Vorlieben. Diese Priorität hilft auch dabei, dass keinem ein Zacken aus der Krone bricht, wenn es Anpassung erfordert. Alle ziehen an einem Strang, und jeder bringt bei der Planung seine ganz individuellen Möglichkeiten und Interessen mit ein.

So wird das Resultat vielfältig und abwechslungsreich – viel schöner, als wenn nur einer seinen Willen durchsetzt und alle anderen mehr oder weniger zähneknirschend folgen.

Dabei ist bewusst darauf zu achten, dass sich die Beiträge der Beteiligten gut abgestimmt und unterstützend in dem entstehenden Resultat zusammenschließen. Während jeder sich selbst frei äußert, wird auch die Freiheit der anderen nicht nur respektiert, sondern sie wird direkt mit eingeladen. Der Prozess ist getragen von einer kooperativen Grundhaltung und ist geprägt von gegenseitiger Offenheit, einem empathischen und wertschätzenden Miteinander und Vertrauen in die primäre, verbindende Basis. Nicht, es allen recht zu machen, ist das Ziel, sondern dass die Beiträge der Einzelnen als Anregungen aufgegriffen und darüber bewusst gemeinsam entschieden wird, ob und wie sie sich in das Gesamtbild einfügen lassen. Das bedeutet unter Umständen auch, dass einzelne Vorschläge verworfen werden müssen, wenn diese sich als nicht passend herausstellen, etwa, wie im Falle des Gipfelstürmers, weil sie zu extrem für die anderen sind.

Der Maßstab für diese Entscheidungen ist die verbindende Basis-Idee. Das Vorgehen erinnert an eine Art Puzzle: Die einzelnen Vorstellungen werden, wie Puzzleteile, betrachtet und dahingehend geprüft, ob und inwiefern sie sich mit den anderen Vorstellungen in Übereinkunft bringen lassen. Die Akzeptanz des Resultats hängt dann ganz entscheidend davon ab, wie tragfähig im Vorfeld das zentrale Anliegen ermittelt wurde, das heißt, wie ernst es allen damit ist.

Durch die Ausrichtung auf den gemeinsamen Bedarf sind die Toleranz-Zonen aller Beteiligten nicht nur größer geworden, sondern sie überschneiden sich auch. Das bietet uns im Miteinander die Möglichkeit, uns offen auszutauschen, neue Perspektiven zu entwickeln, um zu einer angemessenen Lösung zu kommen. In dem Bild durchmischen sich die Toleranz-Zonen in den verschiedenen Farben, um anzudeuten, dass im Ergebnis eine gemeinsam getragene, vielschichtige neue Ordnung für die Situation entsteht. Sobald diese Ordnung etabliert ist und sich bewährt hat, im Sinne einer wirklichen Verbesserung der Situation, verschwinden auch die letzten Zweifel. Die neue Ordnung wird von den beteiligten Personen nicht nur toleriert, sondern akzeptiert und willkommen geheißen.



Es ist die Sehnsucht nach Ordnung, die das Miteinander durchdringt und antreibt. Dabei werden durch die Ausrichtung auf den zentralen Bedarf, auf das Wesentliche, auf das verbindende Bedürfnis eines jeden zu dieser Situation, bei jeder beteiligten Person die Gestalt- und Schöpferkräfte aktiviert. Wir werden fähig, das Bestehende hinter uns zu lassen und gemeinsam eine neue spezifische Ordnung zu entwickeln und die Situation danach neu zu gestalten. Durch die Vielfalt der berücksichtigten Ideen, Ansichten, und Vorstellungen erhält die neue Ordnung die erforderliche tragende Stabilität und Schönheit.

Es gibt eine Geschichte, die auf besonders eindrückliche Weise an das tiefere Wesen eines guten Miteinanders erinnert. Es ist die Geschichte vom Regenmacher:

In einem Dorf hatte es lange nicht geregnet. Alle Gebete und Prozessionen hatten nichts genützt; der Himmel blieb verschlossen. In der größten Not wandte sich das Dorf an den großen Regenmacher. Er kam und bat um eine Hütte am Dorfrand, um Brot und Wasser für fünf Tage. Dann schickte er die Leute zu ihrer täglichen Arbeit. Als es am vierten Tag regnete, kamen sie jubelnd von ihren Feldern und zogen vor die Hütte des Regenmachers, um ihn zu feiern und nach seinem Geheimnis zu befragen. Der alte Mann sagte nur: „Ich kann keinen Regen machen.“ Und die Leute erwiderten: „Aber es regnet doch!“ Der Regenmacher erklärte: „Als ich in euer Dorf kam, sah ich die äußere und innere Unordnung. Ich ging in die Hütte und brachte mich selbst in Ordnung. Als ich in Ordnung war, kamt auch ihr in Ordnung, und als ihr in Ordnung wart, kam auch die Natur in Ordnung, und als die Natur in Ordnung war, hat es geregnet.“

Die Geschichte zeigt, dass das Prinzip der Ordnung nicht nur in den vielen kleinen

Alltagssituationen wirksam ist, sondern für unsere gesamte Schöpfung, ja letztlich im ganzen Universum gilt. Dinge, die in die eigene innere Ordnung kommen, passen zusammen, auch wenn sie unterschiedlich sind.

Viele Köche verderben den Brei – doch wie kriegen wir die Köche dazu, dass der Brei gut schmeckt?

Das entwickelte Bild zeigt ein Ideal für ein gelingendes Miteinander. Doch wie können wir unser Leben durch dieses Ideal bereichern? Wie können wir konkrete Situationen danach ausrichten? Welche Fallstricke treten dabei auf? Welche Hindernisse sind zu erwarten und wie sind diese zu überwinden?

Oft ist bei Personen, die zum ersten Mal auf diese Art des Vorgehens angesprochen und darüber hinaus aufgefordert werden, sich aktiv zu beteiligen, die erste Reaktion durchaus ablehnend: «Nach diesem Ideal gemeinsam eine Situation zu gestalten, einen Bedarf zu einer Lösung zu bringen, das geht nicht! Das ist unmöglich! Und überhaupt, das wissen doch schon die Kinder: Viele Köche verderben den Brei!» Im weiteren Geschehen haben die beteiligten Personen dann ganz schnell ihre Argumente und Erfahrungen parat, warum ein gemeinsames Kochen überhaupt nicht möglich sein kann.

Jetzt möchte ich euch doch bitten, eure Vorbehalte, warum ein gemeinsames Kochen nicht möglich ist, mal hinten an zu stellen und lasst uns stattdessen die Frage aufgreifen: Wie kriegen wir die Köche dazu, dass der Brei gut schmeckt?

Dafür ist es zweckmäßig, zuerst einmal klar den Grund, die wesentliche Ursache herauszuarbeiten, warum das gemeinsame Kochen oftmals nicht gelingt. Warum verderben die vielen Köche den Brei? Sie sind doch alle Meister ihres Fachs. Und sie haben einen gemeinsamen Wunsch, ein gemeinsames Thema: sie wollen einen ordentlichen Brei kochen. Und dabei ist es für jeden der Köche doch eine Ehrensache, dass etwas Gutes auf den Tisch kommt!

Doch jeder der Köche will kochen. Jeder will zeigen, was für ein Meister seines Faches er ist. Jeder der Köche weiß ganz genau, was einen guten Brei ausmacht. Dafür haben die Köche gelernt und über Jahre Erfahrungen gesammelt. Und diese Erfahrungen möchte jetzt jeder beim Kochen mit einbringen. Es ist wie eine Konserve, in der die Köche in der Vergangenheit ihre Erfahrungen und ihr Wissen gesammelt und abgelegt haben, und die sie jetzt hervorholen, um danach den Brei zu kochen. Der Punkt ist: jeder Koch hat seine eigenen Erfahrungen gemacht und entsprechend ist der Inhalt in ihren Konserven unterschiedlich. Doch die Köche schwören auf ihr persönliches Rezept und jeder ist aufs Äußerste bemüht, seine Vorstellung bei der Zubereitung des Breis möglichst vollständig einzubringen.

Betrachten wir die Situation nochmal in dem Bild von Schopenhauer: Der einzelne Mensch, oder das individuelle Ich ist jetzt durch die entsprechende Konserve bestimmt. Und nun brauchen wir Regeln für das Miteinander: wir sollen höflich sein, uns gut

benehmen, wertschätzend, offen und konstruktiv sein. Doch jeden der Köche beschäftigt die Frage: *Wie kann ich mich in der Situation durchsetzen? Wie kriege ich es hin, dass meine Konserve gekocht wird?* Diese Frage regt die Phantasie der Köche an. Dabei ersinnen sie durchaus raffinierte Methoden, um sich durchzusetzen: etwa schulen sie sich in Rhetorik, psychologischer Gesprächsführung und Diplomatie und entwickeln ganz eigene Tricks und Kniffe. Aber letztlich sind das reine Verkaufsmethoden, um die eigenen Interessen durchzusetzen. Die Situation selbst rückt dabei völlig in den Hintergrund. Oftmals gewinnt einer der Köche. Er wird zum Küchenchef ernannt und die anderen fügen sich mehr oder weniger widerwillig und erfüllen seine Anordnungen. Dabei kann durchaus ein gutes Essen herauskommen, doch ein wirklich gemeinsames Kochen ist das nicht. Doch oftmals wird die Situation heikel: jeder Koch besteht auf seiner Konserve, das ‚*gemeinsame Kochen*‘ wird zur Debatte, es entsteht ein Streit, die Situation eskaliert. Und dann kommt meist gar kein Essen dabei heraus oder nur ein übler Pamps.

Doch wie kriegen wir die Köche nun zum gemeinsamen Kochen, so dass wirklich etwas Gutes dabei herkommt? Es muss eine Idee, ein Thema oder ein Punkt gefunden werden, der den Köchen so wichtig ist, dass sie dabei von ihren ganz eigenen Vorstellungen als Meisterkoch loslassen, ihre Konserven im Schrank lassen und stattdessen gemeinsam beginnen, die konkrete Situation zu gestalten. Dafür ist zuerst so ein gemeinsamer Bedarf in der konkreten Situation zu identifizieren. Das geschieht mit der Frage: Was wollen wir gemeinsam in der Situation kochen? Und die Antwort sollte so attraktiv für jeden Koch sein, dass jeder seine Konserven im Schrank lässt. Zum Beispiel könnten die Köche mal ein indisches Gericht ausprobieren, etwas das für alle neu ist. Und als Meisterköche brauchen sie zwar das Kochbuch als Orientierung, aber letztlich geht es gegen die Ehre eines Kochs, das Rezept einfach nach dem Kochbuch anzufertigen. Jetzt sind alle Köche interessiert. Die Versuchsküche ist eröffnet. Dabei tauschen sie sich bei jedem Schritt aus. Sie hinterfragen alles, was sie als Meisterköche als selbstverständlich, als gegeben hingenommen haben: Was ist das passende Gemüse? Wie lange ist es zu kochen? Welche Gewürze passen dazu? Was ist die richtige Dosierung? Sie sind immer noch Köche, aber sie haben ihre Voreingenommenheit abgelegt. Sie wollen sich nicht mehr beweisen. Sondern ihnen ist es jetzt wichtig, gemeinsam ein gutes Gericht zu kochen. Dafür sind sie bereit, das Gewohnte hinter sich zu lassen, die Situation wie neu zu betrachten, das Spezifische wahrzunehmen. Sie werden wieder wie Kinder. Erwachsene Kinder. Die Küche wird zum Sandkasten. Dabei bringt jeder der Köche durchaus sein gesammeltes Wissen mit ein. Aber er besteht nicht darauf. Er hinterfragt es, stellt es zur Diskussion. Gemeinsam prüfen die Köche und gestalten das Essen. Und das Resultat lässt sich sehen, es schmeckt. Ganz sicher.

Also wenn wir für die Köche ein interessantes Rezept finden, eins das alle schon einmal kochen wollten, das für sie alle eine Sehnsucht, ein Wunsch darstellt, dann sind die Köche bereit, ihre Voreingenommenheit abzulegen, dann öffnen sie sich für die Anregungen der anderen Köche, dann steht dem leckeren Essen nichts mehr im Wege. Das ganze Miteinander wird getragen durch die Frage: *Was kann ich zu dem*

gemeinsamen Kochen beitragen, damit ein möglichst gutes Resultat dabei herunkommt?

Zu Hause sind wir auch noch eifrig dabei, das gemeinsame Kochen zu lernen. Das ist gar nicht so einfach. Mitunter gelingt es wunderbar und dann am nächsten Tag überhaupt nicht. Gut gelingt es oft, wenn wir im Vorfeld gemeinsam planen, was es zu essen geben soll, in Kochbüchern stöbern, einkaufen und so eine Vorfreude auf das Gericht, auf das gemeinsame Kochen und Essen entsteht. Hilfreich ist auch die Fragestellung: wie wir etwas kochen wollen. Zum Beispiel, indem wir bewusst regionale Zutaten verwenden oder indem wir uns die Frage stellen, wie die einzelnen Bestandteile des Essens anzurichten sind, sodass ihr eigener Charakter gut zur Geltung kommt und dass sie sich in der Kombination gut ergänzen.

Aber oftmals braucht es gar nicht die große Planung, die neuen, die komplizierten Gerichte. Dann haben wir manchmal nur eine halbe Stunde Zeit zum Kochen. Es gibt ein einfaches Essen: Kartoffeln mit Kräuterquark, Eier in Senfsauce, Nudeln in Tomatensauce. Aber wir freuen uns so auf das gemeinsame Kochen und Essen, dass das Gericht, das wir kochen, ganz in den Hintergrund tritt. Es ist dann einfach die Freude, im Miteinander ein gutes Resultat zu erzielen. Dann schauen wir, fragen, prüfen, unterstützen uns, korrigieren, arbeiten prima Hand in Hand. Wir werden zu Schöpfern in der Situation – und dabei bleiben unsere inneren Konserven im Schrank. Sie spielen schlicht keine Rolle.

Diese Sehnsucht nach dem gelingenden Miteinander ist bei den Köchen mit ihrem Brei erst einmal herzustellen. Und dafür braucht es dann ein Gericht, das jeder von ihnen schon immer mal kochen wollte, das für sie eine Sehnsucht darstellt. Und dann können auch die Köche zu Schöpfern werden.

Es ist die Sehnsucht in einer Situation, der verbindende, der zentrale Bedarf, das Wesentliche, das unser Miteinander ausrichtet und dabei unsere Schöpferkräfte aktiviert. Die bewusste Ausrichtung des Miteinanders auf einen verbindenden Bedarf wirkt befreiend, belebend, macht den Alltag freudig und bunt und wir werden dabei gleichzeitig zielgerichtet und erfolgreich. Doch es ist eine hohe Kunst, in einer Situation so einen gemeinsamen Bedarf aufzuspüren. Ein Bedarf, der ins Mark trifft, so dass alle Beteiligte dahinter ihre eigenen Vorstellungen, ihre inneren Konserven zurückstellen.

Um einiges schwieriger, als den Bedarf zu identifizieren, ist es oftmals, den Bedarf zu vermitteln, denn der zentrale Bedarf ist dem Betroffenen selbst – das heißt auch uns selbst – meistens gar nicht bewusst, in der Regel überraschend und bedeutet auf jeden Fall eine Veränderung. So ist es immer die Frage, ob die Beteiligten bereit sind, sich darauf einzulassen. Betrachten wir folgendes Zitat von Albert Einstein als Beispiel:

Sei kein Fisch, der sein Leben lang versucht, auf einen Baum zu klettern!

Und nun stellt euch mal die Situation vor, dass wir auf so einen kletternden Fisch treffen, der sein ganzes Leben darauf ausgerichtet hat, einen Baum zu erklimmen. Wir erkennen, dass es ein Fisch ist und kein Affe, dass das Klettern für ihn nur eine elende

Plage ist, dass das Wasser sein Element ist, in dem er glücklich sein könnte. Und wir überwinden uns und fragen ihn: ob er nicht mal ins frische Wasser hüpfen möchte. Na da haben wir ihm aber was gesagt! Das geht ja gar nicht! Seine Aufgabe ist es doch, den Baum zu erklimmen und wir würdigen gar nicht die Opfer, die Plage, die Mühe, die Entbehrungen, die er dafür alle auf sich nimmt. Also im glimpflichsten Fall lacht uns der Fisch aus, hält uns für dumm und uneinsichtig. Eventuell schimpft er über uns. Aber häufig treffen wir auf ganz massive Hindernisse und Widerstände.

Wer sein Miteinander nach dem vorgestellten Ideal ausrichten will, muss unweigerlich lernen, mit den Hindernissen und Widerständen konstruktiv umzugehen, die ihm dabei auf dem Weg begegnen. Dafür braucht es immer wieder Geduld und es fordert unsere Entschlossenheit und unser Geschick heraus, um auch schwierige Situationen erfolgreich zu gestalten. Deshalb empfiehlt es sich, zuerst einmal mit dem gemeinsamen Kochen zu Hause zu üben. Gut eignen sich auch die Gespräche am Esstisch. Doch erst, wenn wir im kleineren Rahmen eine gewisse Sicherheit erlangt haben, wenn wir uns eine gute Vorstellung von den Mechanismen verschafft haben, wie wir in den täglichen Situationen die Schöpferkräfte aktivieren können, um das Miteinander zu beleben, erst dann lasst uns mutig weiter voran schreiten, um die gewonnenen Kenntnisse anzuwenden und weiter zu entwickeln, damit diese mit ihrer ordnenden Kraft das Leben immer tiefer und umfassender durchdringen. So lasst die Kreise größer werden: in der Familie, mit den Freunden, mit Kollegen, bei Kunden,

*Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,
die sich über die Dinge ziehn.
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,
doch versuchen will ich ihn.*

*Ich kreise um Gott, um den uralten Turm
und ich kreise Jahrtausendlang.
Ich weiß noch nicht, bin ich ein Falke ein Sturm
oder ein großer Gesang.*

(Rainer Maria Rilke)